جس شخص کے شر سے اس کا پڑوسی محفوظ نہیں، وہ دولت ایمان سے تہی دامن ہے۔ (بخاری و مسلم)

بدگمانی سے بچو کیونکہ یہ سب سے بڑا جھوٹ ہے (نسائی)

کتاب

زنانہ امراض اور ان کا علاج

ترتیب

محمد اکرم

پرنٹر

المخزن پرنٹرز کراچی

فہرست

زنانہ امراض

جب لڑکی جوان ہونے لگتی ہے

جب ایک لڑکی ایک دوشیزہ بننے کی تیاری کرنے لگتی ہے اور شباب میں قدم رکھنے لگتی ہے تو اس وقت قدرت اس کو جوانی کی عمر کی علامات عطا کرنے میں ذرا بھی کسر نہیں رکھتی۔ یہ عمر لڑکی کے لیے نہایت اہمیت کی ہوتی ہے۔ کسی لڑکی کو جوانی کب شروع ہوتی ہے؟ اس کے لیے مقررہ وقت نہیں ہے۔ مگر یہ چھوٹی عمر میں گیارہویں اور سولہویں سال کے درمیان گنی جاتی ہے۔ آرام و آسائش کے ماحول میں پرورش پانے والی لڑکیاں غریب گھروں کی لڑکیوں کی نسبت جلدی جوان ہو جاتی ہیں۔ ہمارے گرم ملک میں لڑکیاں گیارہ سال کی عمر میں ہی جوان لگتی ہیں۔ لیکن ٹھنڈے ملک کی لڑکیاں سولہ سترہ سال کی عمر میں جوان ہوتی ہیں۔ اس طرح ہم دیکھتے ہیں کہ لڑکی کا جوان ہونا مقامی رہن سہن، آب و ہوا اور کاروبار، جسمانی حالت، آرام طلبی، سخت محنت وغیرہ کئی باتوں پر منحصر ہے۔

بیرونی علامات: جب لڑکی جوان ہونے لگتی ہے تو اس وقت یہ صاف دیکھا جا سکتا ہے کہ وہ بڑی تیزی سے بڑھنے لگتی ہے۔ اس کی لمبائی اور ماس

جگہوں میں بال اُگنے لگتے ہیں۔ اُس وقت اس کی چال میں فرق آجاتا ہے۔ اپنے دوپٹہ کو پہلے کی طرح اِدھر اُدھر نہ ہونے دینے کی اس کی عادت ہو جاتی ہے اور لمبے بالوں والی پھوہڑ لڑکی کبھی تتلی کی طرح اِدھر اُدھر اڑتی پھرتی تھی، اب سنجیدہ ہو جاتی ہے۔

غور سے دیکھنے پر پتہ چلے گا کہ اس کے پستان معمولی اٹھنے لگے ہیں، جو دھیرے دھیرے بڑھتے ہوئے لڑکی کی بیرونی خوبصورتی کو چار چاند لگا دیتے ہیں اس وقت چہرہ پر لالی آجاتی ہے، گال بھر جاتے ہیں، چہرہ اور جسم بھرا بھرا دکھائی دینے لگتا ہے۔ جس کے نتیجے میں سارا جسم سڈول بن جاتا ہے، جس سے لڑکی کی بیرونی خوبصورتی پر کشش ہو جاتی ہے، لڑکی کو ایام بھی اس وقت شروع ہو جاتے ہیں۔

اندرونی تبدیلیاں: جوانی کے شروع ہونے پر بیرونی تبدیلیوں کے ساتھ ساتھ اندرونی تبدیلیاں بھی تیزی سے ہونے لگتی ہیں اور پیدائش سے تعلق رکھنے والے سارے اعضاء بڑھنے اور مضبوط ہونے لگتے ہیں۔ اس وقت جسم کی کچھ گرنتھیاں مضبوط ہو کر خاص صورت سے حصہ لینے لگتی ہیں۔ جس کے نتیجہ میں "عورت پن" کی تمام علامات پیدا ہونے لگتی ہیں۔

مانسک تبدیلیاں: جوانی شروع ہونے کے وقت ایک لڑکی میں بیرونی اور اندرونی تبدیلیوں کے ساتھ ساتھ کچھ ایسی مانسک تبدیلیاں ہونے لگتی ہیں۔ جو کہ دوسرے تو ایک طرف ماں باپ پر بظاہر نہیں ہوتیں، اسی وجہ سے لڑکی کی اُس وقت کی صورتحال نہ سمجھنے کی وجہ سے کبھی کبھی لائق ماں باپ یا اُس

کے سرپرست بھی غلطی کر بیٹھتے ہیں جس سے لڑکی کا سارا جیون ہی چوپٹ ہو جاتا ہے۔ اس وقت لڑکی شرم و حیا سے دبنے لگتی ہے۔ بزرگوں اور اپنے سے بڑوں کے سامنے آنے میں گھبراتی ہے، اپنی خوبصورتی کو کسی اکیلی جگہ میں جانچ کرنے کی عادت سی پڑ جاتی ہے، اپنے آپ سے مستقبل میں بندھن میں بندھ جانے کے سنہرے خواب دیکھنے لگتی ہے، سہیلیوں کے ساتھ خوش گپیوں میں مزا آنے لگتا ہے، اپنے بہن بھائیوں سے زیادہ محبت کرنے لگتی ہے۔ تاکہ سماج اُس کو اب ایک کم عمر لڑکی نہیں بلکہ دوشیزہ کی صورت میں دیکھے، بات بات میں غصہ آنا اور چڑچڑاپن اس کے مزاج میں شامل ہو جاتا ہے اس طرح اس میں کئی تبدیلیاں ہونے لگتی ہیں۔

ماں باپ کا فرض : لڑکی کے جوانی کی عمر میں پہنچنے پر اس کے متعلق اس کے ماں اور دوسرے لوگوں کی ذمہ داری بڑھ جاتی ہے۔ یہ وقت طوفانی ہوتا ہے۔

ماں باپ کا فرض ہے کہ لڑکی کے اُستاد، بھائی، دوست، گھر کے نوجوان ملازم، پڑوسی کے جوان لڑکے، دور کے رشتہ دار لڑکے وغیرہ کوئی بھی ہو ان پر کڑی نگاہ رکھی جائے، یہ ٹھیک ہے کہ ایسے تمام لوگ خراب نہیں ہوتے، لیکن آج کل کے ماحول میں کسی پر یقین رکھنا مناسب نہیں ہے۔

عام طور پر پہلی بار ایام آنے پر خون دیکھ کر لڑکی ڈر جاتی ہے اور سمجھ نہیں پاتی کہ یہ کیا ہو گیا اور اس وقت اسے کیا کرنا چاہیئے۔ اس لیے ماں باپ کا یہ فرض ہے کہ وہ ایسا ہونے پر اس کے متعلق تمام باتیں کو لڑکی کو سمجھا دیں اور بتا دیں کہ اس کے ہی نہیں بلکہ تمام لڑکیوں میں ایام ضرور آتے ہیں اور یہ کہ ہر ماہ بار بار مقررہ وقت پر ایسا ہوا کرتا ہے، جب تک کہ شادی کے بعد حمل نہیں ٹھہر جاتا۔

لڑکی جوانی کے جوش میں آکر کہیں منزل سے بھٹک نہ جائے۔ اس کے لیے ماں باپ کا فرض ہے کہ وہ اسے دیکھتے رہیں کہ وہ کسی ایسی سوسائٹی یا ماحول میں نہ پڑ جائے جہاں اس کے منزل سے بھٹک جانے کا خطرہ ہو۔ آخری اور ضروری فرض ماں باپ کا یہ ہے کہ اپنی جوان لڑکی کے لیے اس کے حسب خواہش (جس پر ماں باپ بھی راضی ہوں) لڑکے سے اس کی شادی کر دینی چاہیئے۔

لڑکی کا فرض

جب لڑکی میں جوانی کی علامات ظاہر ہونے لگیں۔ اس وقت سے لے کر جب تک شادی نہیں ہو جاتی اسے حوصلہ سے کام لینا چاہیئے۔ اور جو کچھ کرنا ہو اسے خوب اچھی طرح سوچ سمجھ کر کرنا چاہیئے۔

جوانی کی عمر میں ہی جسم کو بڑھوتری حاصل ہوتی ہے اور جو لڑکی یہ نہیں جانتی کہ اس وقت کیا کیا کرنے سے اس کی صحت و جوانی قائم رہ سکتی ہے، اس کی زندگی کو ناکامیاب ہی سمجھیئے، ایسی ناسمجھ لڑکی کے جسم کی بڑھوتری اس کی عمر کے مطابق نہیں ہوتی، ایسی لڑکی کب جوان ہوئی، کب بھرپور شباب آیا اور کب بوڑھی ہوئی، پتہ ہی نہیں چلتا، اس میں "عورت پن" کی پوری بڑھوتری نہیں ہو پاتی، اس کے الٹ جو سمجھدار لڑکی جوانی کی عمر سے موت تک قدرتی زندگی بتا دے گی وہ ضرور ہی اسی نوے یا سو سال کی عمر تک دوشیزہ اور خوب صورت صحت مند بنی رہے گی۔ پچاس سال کی عمر گزر جانے کے بعد بڑھاپے کا آجانا ضروری ہے، صرف بھرم ہے۔

قدرتی جیون میں پہلا مقام قدرتی خوراک کو دیا گیا ہے، اچھی خوراک سے

صحت، خوب صورتی اور جوانی، تینوں کی بنیاد مضبوط ہوتی ہے، مکمل اناج تازہ موسمی پھل، تازہ موسمی ساگ سبزیاں، خالص دودھ سوکھے میوے اور کچی سبزیوں کا سلاد وغیرہ قدرتی خوراک کہلاتی ہیں، ان میں قدرت نے وہ گن بھر رکھے ہیں جو بیان سے باہر ہیں، انہی قدرتی خوراک کو استعمال کرنے سے لڑکی سندر اور صحت مند عورت بننے کی امید کر سکتی ہے۔

جوان اور خوبصورت بنتے رہنے کے لیے مستقل ورزش کی بھی بڑی ضرورت ہے، کیونکہ ورزش سے ہی جسم کے نقائص دور ہوتے ہیں اور خون صاف ہوتا ہے۔ اس سے جسم خوبصورت اور سڈول ہوتا ہے۔

ورزش کے بعد آرام اور مقوی خوراک کا استعمال نہایت مفید ہے اس سے محنت میں خرچ کی ہوئی طاقت واپس ملتی ہے۔

مندرجہ بالا ہدایات کے علاوہ خوش وخرم رہنا، گرہستی زندگی میں قدرتی اصولوں پر چلنا ایسی عادتیں ہیں۔ جس سے آدمی دیوتا اور عورت دیوی بن سکتی ہے۔

زنانہ اعضائے تناسل

پہلے اس کے کہ ہم امراض زنانہ اعضائے تناسل کے متعلق کچھ عرض کریں۔ مناسب معلوم ہوتا ہے کہ اس جگہ زنانہ اعضائے تناسل کی تشریح کر دیں تاکہ امراض میں جس مقام پر ان اعضاء کا ذکر آئے۔ اس کو سمجھنے میں آسانی ہو اور کسی غلط فہمی کا امکان نہ رہے۔ زنانہ اعضائے تناسل دو قسم کے ہیں، ایک بیرونی جو پیٹرو کے جوف کے اندر ہوتے ہیں اور ظاہری طور پر نظر نہیں آتے ہیں۔ اس سلسلہ میں مرد اور عورت

کے اعضائے تناسل کا فطری فرق ہی فریقین میں مخصوص جنس جذبات پیدا کرنے کا ذمہ دار ہے ۔ اگر عورت کے جسم کی بناوٹ یکساں ہوتی تو قدرت کی وہ مرضی پوری نہ ہوتی، جس کا منشا انسانی نسل کی بڑھوتری ہے ۔ درحقیقت عورت کے وہ حسین جسمانی گوشے ہی ان میں "عورت پن" پیدا کرتے ہیں، جن کے اندر قدرت نت نئے روپ ڈالتی رہتی ہے ۔

عورتیں عام طور پر اپنے جسم کے ان خوب صورت گوشوں، پیچیدگیوں اور ان کے افعال و وظائف سے واقف نہیں ہیں جو انہیں کائنات میں سب سے بڑے مقام کا مستحق بناتے ہیں، عورت اگر ماں اور بیوی نہ ہوتی تو یقیناً وہ کچھ بھی نہ ہوتی، حسن و شباب کی کشش، عنابی رخساروں کی دلفریبی اور نشیلی آنکھوں کی سحر طرازی اپنی اپنی جگہ ناقابل انکار سہی، لیکن صنف نازک ان سب خوبیوں کے ساتھ ساتھ ایک زبردست جاذبیت رکھتی ہے اور وہ ہے "ماں" بننے کی صلاحیت، جس سے انسانی نسل کی بڑھوتری ہوتی ہے، اگر عورت کے حسن اور جوانی میں وہ جنسی کشش نہ ہوتی جو مغرور سے مغرور مرد کو بھی اس کے قدموں پر جھکا دینے کی قوت رکھتی ہے تو اسے دنیا میں کوئی امتیاز حاصل نہ ہو سکتا تھا، اس طرح اگر وہ چھاتیوں سے اپنے بچہ کو خون دل پلا کر ایک تنومند اور توانا نسل کی بڑھوتری کا سبب نہ ہوتی تو اس کے کالے اور لمبے بال، نازک اور مہندی لگے ہاتھ، پتلے لمبے اور نازک ہونٹ، سفید و صاف موتیوں کی لڑیوں کی طرح دانتوں کی قطاریں اور سینے پر تھر تھراتے ہوئے آبگینے، کبھی کسی رعنائی اور خوب صورتی کا مرکز نہ بن سکتے ، عورت اپنی جنسی کشش کو جنم دینے والے مخصوص جنسی اعضاء ہی کی وجہ

سے محبوبہ اور حسینہ کا لقب حاصل کر سکتی ہے۔

محبت اور جنس کے درمیان نہایت گہرا رشتہ ہے، بلکہ یہ کہنا بے جا نہ ہوگا کہ محبت جنسی رجحان کا ہی ردِ عمل ہے۔

۱۳۔ رحم، بچہ دانی (یوٹرس Uterus)

رحم (بچہ دانی) زنانہ اعضائے تناسل کا سردار ہے، اس میں ہی مرد کے ویرج کے کیڑے اور عورت کے انڈے کا ملاپ ہوتا ہے اور حمل قائم ہوتا ہے اور پوری نشوونما کے بعد وضع حمل کے وقت، بصورت بچہ باہر آتا ہے۔ دوشیزہ لڑکیوں کا رحم ناشپاتی کی طرح ہوتا ہے اور آگے سے جوں جوں پیچھے کو ہٹتا جاتا ہے توں توں چپٹا ہوتا جاتا ہے۔

رحم کی لمبائی تقریباً تین انچ، چوڑائی دو انچ اور موٹائی ایک انچ ہوتی ہے اور وزن اڑھائی تولے سے سوا تین تولے ہوتا ہے، رحم کا بالائی حصہ زیادہ چوڑا ہوتا ہے اسے قعر رحم کہتے ہیں۔ یہ حصہ ڈھکا ہوا ہوتا ہے، ایام حیض میں بڑھ کر رحم گول ہو جاتا ہے، اور اس کے لب متورم ہو جاتے ہیں نیز حمل کے دنوں میں جنین رحم میں قیام پاتا ہے اور رحم کے اندر ہی رہ کر اپنی مدت پرورش پوری کرتا ہے چنانچہ حمل کے زمانہ میں اس کا وزن بارہ چھٹانک سے ڈیڑھ دو سیر تک وزنی تک وزنی ہو جاتا ہے اور بچہ کی پیدائش کے بعد رحم تقریباً اپنی اصلی حالت پر واپس آجاتا ہے لیکن اس کا جوف دوشیزہ لڑکی کے رحم سے بڑھ جاتا ہے بڑھاپے میں رحم سکڑ کر زرد اور دبیز ہو جاتا ہے۔

حیض (مین سیز Menses)

حیض اس خون آمیز رطوبت کا نام ہے جو عورت کی تندرستی کی حالت میں ماہ بہ ماہ رحم سے خارج ہوتی ہے۔ یہ خون آمیز رطوبت مختلف وقتوں میں عورت کو آنی شروع ہوتی ہے۔ چنانچہ گرم ملکوں میں جلد حیض آنا شروع ہو جاتا ہے، اور سرد ملکوں میں بڑی عمر میں علاوہ اس کے غذا کے اچھا ہونے یا نہ ہونے پر بھی اس کا بہت کچھ اثر ہوتا ہے۔ معتدل ممالک میں ۱۴ سے ۱۶ سال کی عمر میں حیض آنا شروع ہو جاتا ہے اور گرم ممالک میں دس سے چودہ سال کی عمر میں شروع ہو جاتا ہے۔

حیض کا آنا عورت کے بالغ ہونے کی بڑی علامت ہے۔ لیکن اگر کسی وجہ سے اس میں تاخیر ہو جائے تو یہ ضروری نہیں ہے کہ عورت کو بالغ نہ سمجھا جائے اور حمل بھی قرار نہ پائے۔ نیز یہ کہ دوسرے جوانی کے آثار ظاہر نہ ہوں۔ چنانچہ بعض عورتیں اس قسم کی بھی دیکھی گئی ہیں کہ باوجود حیض کے نہ ہونے کے صاحب اولاد ہیں۔ لیکن ایسا بہت کم ہی ہوتا ہے۔ اکثریت اس بات کی شاہد ہے کہ جب تک حیض صحیح طریقہ مقررہ مدت و مقدار میں نہ آئے حمل قرار نہیں پاتا ہے۔

گرم ملک میں لڑکیاں عام طور پر دس پندرہ سال کے درمیان بلوغت کو پہنچ جاتی ہیں۔ اس عمر میں ان کے اندرونی اعضاء کی بناوٹ میں ایسی تبدیلیاں پیدا ہوتی ہیں۔ جس سے وہ انسانی نسل کی بڑھوتری یعنی اولاد پیدا کرنے کے قابل ہو جاتی ہیں۔ جس وقت کوئی لڑکی بلوغت کو پہنچتی ہے تو طبی رو سے اس کی

بغلوں کے نیچے اور اندام نہانی کے اندر کے حصے میں بال اُگنے لگتے ہیں۔ چھاتیاں ابھر پڑتی ہیں حیض بھی آنے لگتا ہے۔ اور جسم کی نشوونما جلد جلد ہونے لگتی ہے۔ بس بلوغت کی یہی بڑی بڑی علامات ہیں۔

حیض تیس روز کے بعد آتا ہے اور عام طور پر پانچ روز تک جاری رہتا ہے۔ حیض میں خون اور گوشت کے ملے جلے اجزاء ہوتے ہیں۔ لیکن خون کی مقدار گوشت کے ذرات سے زیادہ معلوم ہوتی ہے اور عموماً اس کی مقدار آٹھ سے دس تولہ تک ہوتی ہے۔

ایام حمل اور بچہ کے دودھ پینے کے ابتدائی دنوں میں حیض نہیں آتا ہے حیض کی بندش حمل ٹھہر جانے کی ایک بڑی علامت ہے، عام طور پر ۴۵ سال کی عمر میں حیض کا سلسلہ مسدود ہو جاتا ہے اور اس کے ساتھ ہی اولاد کا سلسلہ بھی بند ہو جاتا ہے، لیکن یہ کوئی قاعدہ نہیں ہے کیونکہ بعض اوقات پچاس پچپن برس کی عمر تک بھی عورت اولاد پیدا کرنے کے قابل رہتی ہے۔

اس زمانہ میں لڑکیوں کو نو یا دس برس کی عمر میں بھی حیض آنے لگتا ہے۔ اور جب کسی لڑکی میں حیض آنے لگے تو اس میں حاملہ ہونے اور بچہ پیدا کرنے کی صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے، لیکن اتنی عمر چھوٹی میں لڑکیوں کو ہوس رانی کا ذریعہ اور بچے پیدا کرنے کی مشین بنا دینا اس پر ظلم کرنا ہے۔ دس پندرہ سال کی لڑکی بھی محض بچہ ہی ہوتی ہے، اس عمر میں اس کے دل و دماغ پوری طرح نشوونما نہیں پاتے، اگر وہ اس عمر میں حاملہ ہو جائے تو خود اس کی بڑھوتری رک جائے گی۔ اور اس کی اولاد بھی لاغر اور کمزور ہو گی۔ اس لئے ۲۰ سال سے پہلے کسی لڑکی کی شادی نہیں ہونی

چاہیئے اور اکیس بائیس برس سے پہلے کسی لڑکی کو ماں بننے کی خواہش نہیں کرنی چاہیئے۔

کوئی عورت بھی اپنی جسمانی فطرت اور زندگی کو نہیں بھول سکتی، کیونکہ ہر تیس دن کے بعد اس کو مخصوص ناخوش گوار اور تکلیف دہ عرصہ سے گزرنا پڑتا ہے۔ یہ عرصہ عورت کو کبھی نسوانیت اور اس کا تقاضا بھولنے نہیں دیتا، لیکن کیا یہ ضروری ہے کہ یہ عرصہ ناخوش گوار اور تکلیف دہ ہی ہو، اور اس عرصہ میں روزمرہ کے معمولات اور زندگی میں تبدیلی واقع ہو۔

بغیر کسی پس و پیش کے کہا جا سکتا ہے کہ اس عرصہ کا تکلیف دہ ہونا چنداں ضروری نہیں ہے۔ کیونکہ ہم دیکھتے ہیں کہ اسکول میں پڑھنے والی لڑکی یا پڑھانے والی عورت یا سیاسی یا سماجی کارکن اس عرصہ میں اپنے معمولات سے گریز نہیں کرتیں۔ ایسی عورتوں کی بھی مثال دی جا سکتی ہے، جو کہ برابر اس عرصہ میں کھیلوں کے مقابلہ میں حصہ لیتی ہیں۔ ایام کی وجہ سے وہ کبھی کھیل میں شرکت سے انکار نہیں کرتیں۔ گھریلو عورتوں کی نسبت، اس قسم کی عورتیں ایام کے دوران بہت زیادہ محنت کرتی ہیں۔ لیکن ان کا کوئی نقصان یا تکلیف محسوس نہیں کرتیں، چنانچہ ان ایام میں جسمانی محنت سے گریز ضروری نہیں، اور نہ اپنی روزمرہ زندگی میں تبدیلی کی ضرورت ہوتی ہے۔

لیکن ماہر جنسیات معالجین اور لیڈی ڈاکٹروں کے باہمی تعاون سے ایک جائزہ حال ہی میں لیا گیا ہے اس سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ پچاس فیصدی لڑکیاں اور عورتیں ایام ماہواری کے دوران شدید درد اور تکلیف محسوس کرتی ہیں، ایسی

عورتوں میں اکثریت، گھریلو عورتیں ان ایام میں شدید درد اور تکلیف محسوس کرتی ہیں۔

گھریلو عورتوں اور کھلاڑی محنتی عورتوں میں سب سے بڑا فرق یہ ہوتا ہے کہ کھلاڑی اور پیشہ ور عورتوں کے پٹھے اور جسمانی عضو زیادہ توانا اور صحت مند ہوتے ہیں۔ عورتوں کی ایک مخصوص لیڈی ڈاکٹر نے بتایا ہے کہ ایام ماہواری میں درد اور تکلیف بجھیلنے اور معمولات زندگی میں تبدیلی کرنے کی ضرورت نہیں ہے، حسب معمول اس کو غسل کرائیں اور اعضائے مخصوصہ بیرونی طور پر صاف رکھنا چاہیے، جسمانی محنت میں کوئی کمی نہیں کی جانی چاہیے۔ امریکہ کی متعدد عورتوں کے کالج اور سکولوں میں تجربات کئے گئے ہیں کہ کولہوں اور پیٹ کے پٹھوں اور عضلات کی ورزش کرنے سے ایام ماہواری میں کوئی تکلیف یا درد محسوس نہیں ہوتا۔

لیکن ایک عام عورت کو ایام ماہواری میں معمول سے زیادہ جسمانی محنت ہرگز نہیں کرنی چاہیے، اس عرصہ میں لمبے گھوڑ سواری، تیرنا اور بھاگنے کودنے والے کھیلوں سے پرہیز کرنا چاہیے۔ ایک عام گھریلو عورت کے لیے چلنا یا محض اپنے روز کے گھریلو معمولات پر عمل کرنا اچھی کسرت ثابت ہوتا ہے۔

ایام ماہواری میں عام طور پر پیٹ کے نچلے حصہ میں چبھن اور درد محسوس ہوتا ہے، جو خون کے جمع ہو جانے سے ہوتا ہے، اس درد کو دور کرنے کے لیے کسرت ضروری ہے، کسرت سے نہ صرف درد و تکلیف ختم ہو جاتی ہے بلکہ عام صحت بھی اچھی ہوتی ہے۔

چت لیٹ جائیے، جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیجئے، ایک ہاتھ پیٹ پر رکھیئے

اور آہستہ آہستہ اندر سانس لیجئے اور دیکھئے کہ پیٹ کتنا ابھرتا ہے پھر سانس کو آہستہ آہستہ باہر نکال دیجئے اور دیکھئے کہ پیٹ کتنا اندر کو دھنستا ہے۔ اس معمولی اور آسان کسرت کو صبح و شام دس بار کرنا چاہیئے۔ صبح جاگتے پر اور رات کو سوتے وقت اس کسرت کو بآسانی کیا جا سکتا ہے۔

یہ کسرت روزانہ کرنی چاہیئے اور ایام ماہواری کے دوران بھی اس کسرت کو کرنا چاہیئے۔

ایام ماہواری میں درد اور تکلیف ہونے کی وجہ سے غلط کھڑا ہونے کا طریقہ بھی ہے، اگر کمر جھکی رہتی ہے اور سینہ اندر کو دھنسا رہتا ہے، تو اس کا اثر پیٹ کے نچلے حصے پر پڑتا ہے اس طرح زور پڑنے سے ایام ماہواری میں درد محسوس ہوتا ہے۔

ٹھیک طریقہ یہ ہے کہ سر کو اوپر اور گردن کو نیچی رکھا جائے، کندھے آگے جھکے ہوئے ہونے کی بجائے تنے ہوئے ہوں اور کمر ایک دم سیدھی ہونی چاہیئے۔

قبض کی وجہ سے بھی ایام ماہواری میں درد اور تکلیف محسوس ہوا کرتی ہے۔ اگر قبض ناقص غذا کی وجہ سے ہو تو ایسی غذا بند کر دینی چاہیئے اور جلد ہضم ہونے والی غذا استعمال کرنی چاہیئے۔

اگر رحم اپنی جگہ سے ہٹ جائے تو بھی ایام ماہواری میں درد محسوس ہونے لگتا ہے، عام طور پر ایسی شکایات ایسی عورتوں کو ہوتی ہیں، جن کے ہاں بال بچہ نہ پیدا ہوا ہو۔ بچہ پیدا ہونے کے بعد بعض اوقات رحم اپنی جگہ سے ہٹ جاتا ہے۔ اس صورت میں ایام ماہواری میں تکلیف نہیں ہوتی۔

کمزور رحم کی وجہ سے بھی ایام ماہواری میں تکلیف اور درد محسوس ہوا کرتا ہے۔

عام طور پر غیر شادی شدہ لڑکیوں یا بغیر بچوں والی شادی شدہ عورتوں کے رحم کمزور ہوتے ہیں۔ بچہ پیدا ہو جانے سے رحم پوری طرح نشوونما پا جاتا ہے۔

بغیر حمل کے محض شادی بھی ایام ماہواری میں تکلیف کو دور کرنے کے لیے مفید ہے، کیونکہ اس میں کوئی شک نہیں کہ جنسی اختلاط رحم کی نشوونما کرتا ہے۔ جس کی وجہ سے رحم اپنا فعل پوری طرح انجام دینے لگتا ہے۔

ایام کی خرابیوں کا علاج سنی سنائی باتوں پر یقین کر کے نہیں کرنا چاہیئے۔ بہتر یہ ہے کہ کسی مستند ماہر جنسیات طبیب کو حالات سے آگاہ کیا جائے، اور اس کے مشورے پر عمل کیا جائے۔

اگر ایام ماہواری میں لگاتار درد محسوس ہوتا رہے اور اس کا علاج نہ کیا جائے تو اس سے ذیابیطس، سوزاک، گنٹھیا، خفقان، دق اور کمی خون کی شکایت ہو جاتی ہے۔ چنانچہ ایام ماہواری کے درد کو نظر انداز نہیں کرنا چاہیئے اور شرم کو بالائے طاق رکھ کر ظاہر کر دینا چاہیئے۔

بعض عورتوں کو بعض قسم کی غذائیں ناموافق ہوتی ہیں اور ان غذاؤں کی وجہ سے ایام ماہواری میں درد محسوس ہونے لگتا ہے۔ اس سلسلہ میں مرغی کے انڈے دودھ، چاکلیٹ، مچھلی، گرم مصالحہ اور گوبھی بھی بعض مزاجوں کو موافق نہیں آتی اور اس سے عورتوں کو ایام ماہواری میں درد محسوس ہونے لگتا ہے۔ چنانچہ ایام ماہواری میں یہ بھی جاننا ضروری ہے کہ درد کسی خاص غذا کی وجہ سے تو پیدا نہیں ہوتا۔ لیکن

بہت کم عورتوں کو غذا کی وجہ سے شکایت پیدا ہوتی ہے۔

ایام ماہواری میں درد اکثر ان عورتوں کو محسوس ہوتا ہے، جن کی عام صحت درست نہیں ہوتی اور جن کے جسم کمزور ہوتے ہیں۔ چنانچہ ایام ماہواری کے درد سے چھٹکارا پانے کے لیے یہ بھی ضروری ہے کہ عام صحت کو بہتر بنایا جائے اور صحت بخش غذا کھائی جائے اور اگر کافی جسمانی محنت نہ کرنی پڑتی ہو تو کسرت کی عادت ڈالی جائے۔

ایام ماہواری کی بے قاعدگی اور درد کا سبب نفسیاتی بھی ہو سکتا ہے۔ بلوغت سے پہلے لڑکیوں کے دل میں خوف کا احساس پیدا ہو جاتا ہے مختلف طریقوں سے لڑکی یہ محسوس کرنے لگتی ہے کہ ایام ماہواری ایک مصیبت ہیں، جو ہر عورت کو جھیلنے پڑتے ہیں۔ جو ہر صورت میں تکلیف دہ ہوتے ہیں اور ان کو تکلیف دہ نہیں ہونا چاہیئے۔ دراصل ایام کے ہونے سے اتنا خوف زدہ نہیں ہونا چاہیئے جتنا کہ نہ ہونے سے، کیونکہ ایام ماہواری عورت کی صحت کی نشانی ہے۔ ایام ماہواری میں خصوصاً احتیاطی تدابیر نہایت ضروری ہوتی ہیں اور صحت کے اصول کو برابر مدنظر رکھنا پڑتا ہے۔ جسمانی محنت، صفائی، صحت بخش غذا، قبض سے چھٹکارا اور صحت مند خیالات ایام ماہواری کے بغیر درد و تکلیف کے ہونے کے لیے ضروری ہیں۔

بڑھاپے کی لگ بھگ عمر میں جب ماہواری خون کے ہمیشہ کے لیے بند ہونے کے دن آتے ہیں تو بھی بہت سی تبدیلیاں آنے لگتی ہیں۔ جس میں سے ذہنی تبدیلی ایک نمایاں حیثیت رکھتی ہے۔ یوں تو پٹھے، خون اور ریشے کی بناوٹوں پر بھی اثر

ہوتا ہے۔ جب خون بند ہونے لگتا ہے تو یکبارگی ہی بند نہیں ہو جاتا بلکہ کچھ دنوں میں گڑبڑ ہوتی ہے۔ پھر خون میں کمی ہونے لگتی ہے اور آخر میں بند ہو جاتا ہے۔ اعضائے تناسل کے اندرونی حصے میں تبدیلی ہو جاتی ہے۔ چھاتیاں سکڑ جاتی ہیں اور بعض اوقات ان میں چربی جمع ہو جاتی ہے۔ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ اس وقت ان عورتوں میں کچھ مردوں جیسی علامات پیدا ہونے لگتی ہیں۔ مثلاً چہرے پر بالوں وغیرہ کا پیدا ہونا۔

خون نہ نکلنے کے دنوں میں جب خون نکلنے لگتا ہے تو اس عارضہ کا نام طب میں کثرت الطمث جسے ڈاکٹری میں مینو، راجیا (خون کا بکثرت آنا) کہتے ہیں لیکن جب ایام ماہواری کے دنوں کے علاوہ خون آئے تو اسے طب میں استحاضہ کہتے ہیں اور جب سفیدی یا زردی مائل رطوبت نکلتی ہے تو اسے سیلان الرحم (لیکوریا) کہتے ہیں۔

پستان (Mammary Glands)

یہ دو گلٹیاں (غدود) ہیں۔ جن میں بچہ کی پرورش کے لیے دودھ پیدا ہوتا ہے۔ یہ عورتوں میں بڑی اور مردوں میں بالکل چھوٹی ہوتی ہیں، عمر کے مطابق علیحدہ علیحدہ عورتوں میں ان کی بناوٹ میں فرق ہوتا ہے، جوانی کی عمر سے پہلے یہ چھوٹی ہوتی ہیں اور جوانی میں آجانے پر یہ بھی زنانہ اعضائے تناسل کے ساتھ ساتھ بڑھتی رہتی ہیں۔ حمل کی حالت میں اور بچہ کی پیدائش کے وقت یہ بہت بڑھ جاتی ہیں اور بڑھاپے کی عمر میں یہ بالکل مرجھا جاتی ہیں۔

عورتوں کے دونوں پستان تقریباً آدھے گولائی میں ہوتے ہیں۔ ہر ایک

پستان اوپر سے دوسری پسلی سے لے کر نیچے چھٹی پسلی تک پھیلے ہوئے ہوتے ہیں۔ ان کے اندر کئی طرح کی گرنتھیاں ہوتی ہیں اور چلد بھی اکٹھی رہتی ہے۔ ہر ایک پستان کے اوپر والے حصے کی چوٹی پر ایک بلندی ہوتی ہے۔ جسے اردو میں بھٹنی، ہندی میں چوچک اور انگریزی میں نپیل (Nipple) کہتے ہیں۔ چوچک کے چاروں طرف گہرے کالے رنگ کا ایک گھیر رہتا ہے۔ اسے ایری اولا کہتے ہیں۔ چوچک میں دودھ لانے والے بارہ سے بیس تک سوراخ ہوتے ہیں۔ شروع جوانی میں دونوں پستان چھوٹے اور سخت ہوتے ہیں۔ عمر کی بڑھوتری کے ساتھ ساتھ ان کی بڑھوتری بھی ہونے لگتی ہے عورت کے اعضائے تناسل سے اگرچہ اس کا تعلق براہ راست نہیں ہے لیکن پھر بھی پستانوں کا اعضائے تناسل سے گہرا تعلق ہے۔ پستانوں کو چھونے سے یا ان کے کسی حصہ کو بھی حرکت دینے سے رحم کی مانس پیشی کا سکڑاؤ ہوتا ہے اور اس کے نتیجہ میں سارے جسم میں عورت کو سکھ محسوس ہوتا ہے۔ اس سلسلہ میں طبی رو سے عورت کے پستانوں کو اس کے اعضائے تناسل میں ایک خاص اہمیت کا مقام حاصل ہے۔ کیونکہ پیدائش کے بعد جونہی بچہ ماں کے پستانوں سے دودھ پینے لگتا ہے، اعضائے تناسل کا سکڑاؤ شروع ہو جاتا ہے اور آہستہ آہستہ وہ اپنی جگہ پر آ جاتا ہے۔

زنانہ اعضائے تناسل کی نگہداشت

زنانہ اعضائے تناسل کی نگہداشت سے لاپرواہی زنانہ امراض کی بڑھوتری کا سبب بنتی ہے اور اس غلطی کا خمیازہ بچوں کو اس وقت بھگتنا پڑتا ہے جب

وہ منزل شباب میں قدم رکھتے ہیں۔

عورت کی اندام نہانی کی صفائی اس قدر آسان نہیں، کیونکہ اندام نہانی میں کئی جگہیں ایسی ہیں جہاں غلاظت جمع ہو سکتی ہے، گو قدرت نے اس کی بناوٹ میں یہ بات ضرور رکھی ہے کہ بیرونی غلاظت اندر داخل نہ ہو سکے۔ تاہم کسی نہ کسی طرح غلیظ مادے اور جراثیم اندر بچہ دانی تک پہنچ سکتے ہیں، لیکوریا کی بیماری عام طور پر اسی وجہ سے ہوتی ہے۔

اندام نہانی (ویلوا) کی صفائی کے لیے عام طور پر پچکاری کے استعمال کی سفارش کی جاتی ہے۔ لیکن یہ طریقہ سہل نہیں ہے۔ نہ اس کے استعمال کے لیے سہولتیں میسر ہیں۔ اس لیے عام طور پر خیال کیا جاتا ہے کہ ایام کے دوران اندام نہانی کو گیلا نہ ہونے دیا جائے۔ یہ خیال محض وہم کی حیثیت رکھتا ہے اور اس وہم نے ہزاروں کو دکھ پہنچایا ہے پانی کے استعمال میں اس قدر احتیاط کی البتہ اشد ضرورت ہے کہ پانی ہمیشہ گرم ہو، صفائی خواہ وہ پچکاری کے ذریعہ ہو یا دوسرے طریق سے ہمیشہ گرم پانی سے کی جائے خاص طور پر ایام کے دوران سرد پانی کا استعمال مضر ثابت ہو گا۔

ایام کے دنوں میں دن بھر میں کم از کم ایک یا دو بار گرم پانی سے اندام نہانی کو صاف کیا جائے، ورنہ اندام نہانی کے منہ پر خشک خون جم جاتا ہے، جس سے بدبو پیدا ہوتی ہے۔

ایام کا خون روکنے کے لیے صاف ستھرے چیتھڑے اور تولیہ استعمال کیا جائے اور انہیں جلد جلد بدل دیا جائے، تقریباً ہر روز تولیہ بدل لیا جائے، گو

بہتر رہے گا۔ جریان خون کو روکنے کے لیے ربڑ کی ٹوپی یا ربڑ کی پیسری کی قسم کی کوئی چیز یا اسی قسم کا کوئی اور طریق اختیار نہ کیا جائے، ان کے استعمال سے نالیوں اور معدہ میں سوزش پیدا کرنے کا خطرہ ہے۔ صاف کپڑے کا پیڈ جو عام طور پر استعمال کیا جاتا ہے، کافی ہے، اسے بھی جلد جلد بدلا جائے یا صاف کیا جائے۔

زنانہ اعضائے تناسل کی غلاظت سے شروع میں معمولی تکلیف ہوتی ہے اور ایک قسم کی بدبو پیدا ہو جاتی ہے لیکن جب یہ بے احتیاطی عرصے تک جاری رہے۔

حمل کس طرح قرار پاتا ہے

حمل قرار پانے میں عورت و مرد کے اعضائے تناسل حصہ لیتے ہیں۔ فقط اتنا ہی لکھ دینا کافی ہے کہ بوقت ملاپ بچہ دانی میں مرد کے ویرج کے کیڑے جنہیں دوسرے الفاظ میں اولاد کے کیڑے کیڑے بھی کہا جاتا ہے

عورت کے انڈے سے ملاپ ہونے کو ہی حمل ٹھہرنا کہتے ہیں حمل ٹھہرنے سے جو چیز بنتی ہے، اسے گربھ یا حمل کہتے ہیں۔ ڈمب (عورت کا بیج) انڈا دانی (اوورینر) خصیۃ الرحم میں پیدا ہوتا ہے اور ڈمب پر نالی سے ہوتا ہوا بچہ دانی، یوٹرس (Uterus) میں پہنچ جاتا ہے عورت اور مرد کے ملاپ سے مرد کے ویرج کے کیڑے یونی کے اندر پہنچتے ہیں۔ کبھی کبھی ویرج کے کیڑے سیدھے بچہ دانی میں بھی پہنچ جاتے ہیں۔ چونکہ عورت کے انڈے اور مرد کے ویرج کے کیڑے میں کشش ایک قدرتی امر ہے۔ اسی لیے ویرج کے کیڑے ویجائنا (یونی) سے ہو کر بچہ دانی میں پہنچ جاتے ہیں۔ حمل قائم ہونے کے لیے ویرج کے کیڑے کا بچہ دانی میں پہنچنا ضروری

ہے ۔اس سلسلہ میں اگر بوقت ملاپ غفلت کی جائے تو ویرج جسم سے نکل جاتا ہے اور حمل قرار نہیں پاتا ۔

جڑواں بچوں کا علاج

یورپ میں پچھلے چند سالوں کے اندر اس قسم کے کئی آپریشن کئے جا چکے ہیں جن میں سے کئی ایک کامیاب بھی ہوئے ہیں ۔ دو جڑے ہوئے بچوں کو بذریعہ آپریشن کاٹ کر جدا کر دیا جاتا ہے، لیکن یہ عمل نہایت خطرناک اور بے حد نازک ہے جس میں رتی بھر بھی بے احتیاطی ہونے سے دو معصوم زندگیوں کے ضائع ہو جانے کا ہر لمحہ امکان رہتا ہے ۔ لہذا آپریشن میں لانے سے پہلے اس بات کا اندازہ لگایا جاتا ہے کہ آیا دونوں جڑے ہوئے بچوں کے اعضائے رئیسہ علیحدہ علیحدہ ہیں ، یا مشترکہ ، اگر دل ، جگر ، گردہ وغیرہ علیحدہ علیحدہ ہوں تو دونوں کو درمیان میں سے کاٹ دیا جاتا ہے ۔ لیکن اس کے برعکس اس کے اگر اعضاء مشترکہ ہوں تو آپریشن سے دونوں کی موت یقینی ہے ۔ اس حالت میں اس مرض کا کوئی علاج نہیں ہے ۔

علامات حمل

حیض کا بند ہو جانا ، سویرے ایکائی اور قے آنا ، چھاتیوں میں الٹ پھیر جنین کا ہونا ، مثانہ کا ڈھیلا ہونا ، پٹھوں وغیرہ کے الٹ پھیر ، پہلی نشانی یعنی ماہواری کا بند ہو جانا پکی بات نہیں ۔ کیونکہ دق و سل کے پچھلے دنوں میں بھی خون رک جاتا ہے یا ان عورتوں میں جن کو حمل کی مانگ ہوتی ہے ۔ حیض رک جاتا ہے یہی نہیں بلکہ حمل

کے شروع مہینوں میں تھوڑا سا خون حیض کی طرح نکل آتا ہے۔ دوسری نشانی صبح کی متلی دو تین عورتوں میں طلق ہے جو دوسرے مہینے سے شروع ہو کر تیسرے مہینے میں رُک جاتی ہے، یہ متلی صبح پلنگ سے اٹھ کر ہوتی ہے اور کبھی قے کے ساتھ تھوڑا سا بلغمی مادہ بھی نکل آتا ہے۔ پیٹ کی تبدیلیوں میں پہلی تبدیلی کھال میں سیاہی کا ہونا، اور پیٹ کا آہستہ آہستہ بڑھنا ہے۔ چوتھے مہینے میں رحم پیٹ کے اوپر سے ٹٹول کر معلوم کیا جا سکتا ہے پہلے تین مہینوں میں ناف زیادہ گہری ہو کر کھنچ جاتی ہے، پھر آہستہ آہستہ ابھرنا شروع ہوتی ہے۔ اور درمیان کے تین مہینوں میں اتھل پتھل ہو جاتی ہے۔ یہاں تک کہ چھ مہینے گزرنے پر پیٹ کے برابر ہو جاتی ہے اور آخر کے دو مہینوں میں باہر کو بھی ابھر جاتی ہے۔ جس کی وجہ یہ ہے کہ پیٹ کے نچلے حصے میں رحم جگہ گھیر لیتا ہے اور آنتیں وغیرہ سب دب کر اوپر آ جاتی ہیں۔ پانچویں دلچسپ نشانی یہ ہے کہ ساڑھے چار مہینے کے لگ بھگ پیٹ میں حاملہ کو ایسا لگتا ہے جیسے ہاتھ میں دبائی ہوئی زندہ چڑیا کا پتہ لگتا ہے، حمل کے آخر میں دوسرے یا تیسرے ہفتے میں مثانہ میں خارش ہوتی ہے اور جلدی جلدی پیشاب آتا ہے۔ یہ بات مثانہ پر رحم کے دباؤ کی وجہ سے ہوتی ہے جو پہلے ہفتوں میں رحم کے آگے جھکنے اور بڑھنے کی وجہ سے ہوتا ہے اور آخری دو ہفتوں میں جنین کے فانہ میں نیچے اترنے کی وجہ سے ہوتا ہے۔ پٹھوں وغیرہ کے الٹ پھیر سے چڑچڑا پن، ڈر، نہ کھانے والی چیزوں کو کھانے کو جی چاہنا خصوصاً مٹی وغیرہ، یہ سب باتیں صرف قیاس کی ہیں۔ لیکن ان باتوں سے زیادہ کا ملنا حمل کا شبہ پیدا کر سکتا ہے۔ حمل کی مزید شناخت کے لیے ایک تجربہ کار دایہ

رحم کے منہ اور گردن کا معائنہ کر کے حمل کے متعلق صحیح رائے دے سکتی ہے چنانچہ حمل کے پانچویں یا چھٹے مہینے رحم کی گردن اندام نہانی میں نکلی ہوئی محسوس ہوتی ہے، عنق الرحم پھیل جاتی ہے اور ملائم ہو جاتی ہے۔

اگر دایہ رحم کی گردن میں انگشت رکھ کر آہستہ سے دھکیلے تو وہ حرکت محسوس کرتی ہے مگر یہ علامت پانچویں یا چھٹے ماہ میں معلوم ہو سکتی ہے اس سلسلہ میں بعض کی حالت لڑکے کے حمل والی عورت میں تیز رصاف اور باقاعدہ ہوتی ہے، اور لڑکی کے حمل والی عورت میں نبض کی حرکات میں بے قاعدگی اور بھاری پتا ہوتا ہے۔

بعض عورتوں کو اور ضعیف کو تمام ایام حمل میں جنین کی حرکت محسوس نہیں ہوتی۔ حرکت محسوس کرنے کی بہترین ترکیب یہ ہے کہ ضعیف اپنے ہاتھ کو سرد پانی سے تر کر کے شکم حاملہ پر رکھے۔ اس سے بچہ حرکت کرنے لگتا ہے، حمل کے پانچویں ماہ شکم حاملہ پر آلہ اسٹیتھو سکوپ (سینہ بین) لگانے سے دل کی حرکت کی آواز سنائی دیتی ہے، جو شمار کی جا سکتی ہے، یہ آواز حاملہ کے دل کی آواز سے مختلف ہوتی ہے۔ حاملہ کے دل سے یہ حرکت تیز ہوتی ہے۔ کیونکہ جنین کا قلب زیادہ تیزی سے حرکت کرتا ہے۔

حمل کی شناخت کے لیے لہسن کی ایک چھلی چھیل کر رات کو اندام نہانی میں رکھیں۔ اگر صبح لہسن کی بو محسوس نہ ہو تو سمجھو حمل نہیں ہے۔ اگر بو محسوس ہو تو سمجھنا چاہیئے کہ حمل ہے۔

حمل کی چھ قسمیں

۱۔ حمل طبعی :۔ عورت کے انڈے دینے اور اس کے باردار ہو کر جوف رحم میں پرورش پانے کا نام حمل طبعی یا حمل صادق ہے۔

۲۔ حمل غیر طبعی :۔ اگر عورت کا انڈہ باردار ہو کر رحم میں جانے کی بجائے پردۂ صفاق یا حیض میں چلا جائے اور اس کی بڑھوتری وہیں ہو تو اس کو حمل غیر طبعی کہتے ہیں، اس قسم کا حمل خطرناک ہوتا ہے۔

۳۔ حمل بسیط :۔ اگر مولود ایک ہی ہو تو حمل بسیط ہوتا ہے۔

۴۔ حمل توام :۔ اگر دو مولود ہوں تو یہ حمل توام ہوگا۔

۵۔ حمل مختلط :۔ اگر مولود کے علاوہ اور کوئی غیر جنسی چیز پائی جائے تو یہ حمل مختلط ہوگا۔

۶۔ حمل کاذب کبھی حمل صادق یا غیر جنسی چیز یا خون حیض رک جانے سے جس میں شاذ و نادر رحان بھی بڑھ جاتی ہے۔ حمل ہو جاتا ہے، اس میں خون حیض بھی بند ہو جاتا ہے اور پیٹ بھی بڑھ جاتا ہے۔ اس مرض کو لیعض لگ کرڈنگ بھی کہتے ہیں۔

جنین کی بڑھوتری

جب نطفہ یعنی تخم بچہ دانی میں پہنچ کر ٹھہرتا ہے تو ماں کا خون اس کی بڑھوتری کے لئے اس تک پہنچنا شروع ہو جاتا ہے اور اس خون کے پہنچنے سے رحم کی

جھلی نرم ہوتے اور پھولنے لگتی ہے اور نطفہ کو اپنے اندر محفوظ کر لیتی ہے۔ اور غلاف کی طرح اس پر چھا جاتی ہے۔ اب نطفہ کی بڑھوتری ہونے لگتی ہے اور ساتھ ساتھ بچہ دانی کی جھلی بھی پھولتی جاتی ہے۔ تاکہ جنین کے بڑھنے میں کسی قسم کی رکاوٹ نہ ہو۔ اب ہمیں ایک مہینے سے لے کر نو مہینے تک جنین کو دیکھنا ہے، چنانچہ ایک مہینے کا جنین آدھے انچ کے لگ بھگ لمبا بہت ہی ٹیڑھا سا ہوتا ہے اور اس کا وزن ½ ماشہ کے لگ بھگ ہوتا ہے، دماغ اور حرام مغز لپیٹ کر بند ہو چکے ہوتے ہیں، آنکھ، کان، ہاتھوں اور پیروں کے نشان بن جاتے ہیں۔ دل چار خانوں میں بٹنے کے لگ بھگ ہونے لگتا ہے۔ دو مہینے کے جنین کی لمبائی ایک انچ اور وزن چار ماشہ کے لگ بھگ ہوتا ہے۔ سر کی شکل انسانوں جیسی، دُم غائب اور ہاتھ پیر دکھائی دینے لگتے ہیں، آنکھوں اور کانوں کو پہچانا جا سکتا ہے عضو تناسل اور مقعد معلوم ہوتے ہیں۔ لیکن لڑکے اور لڑکی کی پہچان مشکل سے ہو سکتی ہے۔ تین مہینے کے جنین کی لمبائی ساڑھے تین انچ اور وزن تین ماشہ کے لگ بھگ ہوتا ہے، نال میں بل پڑنے لگتے ہیں، آنتیں پیٹ میں ہوتی ہیں لڑکے اور لڑکی کی پہچان صاف دکھائی دیتی ہے۔ بدن پر مہین مہین روئیں دکھائی دیتے ہیں۔ پانچ مہینے کے جنین کی لمبائی سات یا آٹھ انچ اور وزن ساڑھے آٹھ اونس کے لگ بھگ ہوتا ہے سر نسبتاً بڑا اور بدن پر ایک سفید قسم کا چکنا پنیر کی طرح کا مادہ ہوتا ہے۔ نال ایک فٹ کے لگ بھگ ہو جاتی ہے، چھ مہینے کے جنین کی لمبائی بارہ انچ اور وزن اڑھائی پونڈ کے لگ بھگ ہوتا ہے جلد کے نیچے چربی پیدا ہو جاتی ہے اور سر پر بال نکلنے لگتے ہیں۔ سات مہینے کے جنین کی لمبائی ساڑھے چودہ

انچ اور وزن اڑھائی پونڈ کے لگ بھگ ہوتا ہے۔ آنکھ کے پپوٹے کھلے، غشا سے ہر بی غائب، تمام بدن پر روئیں نکل آتے ہیں۔ آنتوں میں تھوڑی سی کالک سے ہرا مادہ ہوتا ہے۔ جس کو علق دمیکونیم اکہتے ہیں۔ اس وقت جنین پیدا ہونے کے بعد مشکل سے جی سکتا ہے، آٹھ مہینے کے جنین کی لمبائی سولہ انچ اور وزن ساڑھے تین پونڈ کے لگ بھگ ہوتا ہے۔ سر پر بال ہوتے ہیں۔ ناخن تھوڑے سے بڑھ چلتے ہیں۔ لیکن پوری انگلیوں کے سرے تک نہیں پہنچ پاتے۔ اس وقت جنین اگر تھک محنت کے بعد جی سکتا ہے، نو مہینے کے جنین کی لمبائی ساڑھے سترہ انچ اور وزن ساڑھے پانچ پونڈ کے لگ بھگ ہوتا ہے، جلد کے نیچے چربی پائی جاتی ہے۔ لہٰذا چہرہ اور بدن پر جھریاں بہت کم ہوتی ہیں اور دسویں مہینے کے جنین کا وزن سات پونڈ کے لگ بھگ ہوتا ہے، ناخن انگلیوں کے سرے تک پہنچ جاتے ہیں۔ جلد کا رنگ گلاب کی طرح ہوتا ہے، بدن پر رونگٹے کم اور پنیر جیسا مادہ زیادہ ہوتا ہے۔ جنین کے خصیے صفن میں اتر آتے ہیں۔ مختصر یہ کہ جنین ہر طرح سے پورا ہو چکا ہوتا ہے۔ عام طور پر پہلا جنین چھوٹا ہوتا ہے۔

پس ماں بننے والی ہر عورت کو چاہیئے کہ حمل کے دنوں میں وہ نفسیانہ تصورات اور منظرات مہیبہ اور تخیلات فاسدہ سے دور رہے۔ اور خیالات و حالات پاک اور صاف رکھے۔

حمل کے چھٹے مہینے کے بعد حاملہ کو اپنے پستان کی صفائی کی طرف خاص توجہ دینی چاہیئے۔ کیونکہ دوران حمل میں پستانوں سے ایک قسم کی رطوبت مترشح ہوتی ہے اور سر پستان کے ارد گرد جمع ہو کر سوکھ جاتی ہے۔ اگر اس رطوبت کو

اسی جگہ دبنا دیا جائے تو پستان میں درد اور سر پستان کے ارد گرد کی جلد شق ہو جاتی ہے۔ اس تکلیف سے بچنے کے لیے حاملہ کو روزانہ بورک لوشن اور پاک و صاف روئی سے سر پستان کو اچھی طرح سے دھو کر مکھن یا صاف ویزلین لگا دینا چاہیئے۔ نیز حاملہ کو چاہیئے کہ حمل کے آخری دنوں میں سر پستان کو انگلی اور انگوٹھے سے ذرا کھینچتی رہے تاکہ وہ باہر ابھر آئیں اور بچہ ان کو آسانی سے منہ میں لے کر چوس سکے۔ سر پستان کی میل کو صاف کرنے کے لیے نیم کے پتے ۵ گرام ۱۰۰ گرام پانی میں ابالیں اور صاف روئی سے سر پستان کو اچھی طرح صاف کریں۔ بعد میں اوپر سرسوں کا تیل لگا دینا بھی مفید ہے۔

اسقاط حمل، ابارشن

(ABORTION)

تعریف مرض:۔ حمل کی طبعی مدت تقریباً نو مہینے اور کچھ دن ہوتی ہے۔ جب جنین مقررہ مدت سے پہلے ہی رحم سے خارج ہو جاتا ہے، تو اسقاط حمل کہتے ہیں۔

حمل گرنے کا خطرہ حمل قائم ہونے سے بچہ پیدا ہونے تک کسی وقت ہو سکتا ہے لیکن اس کا زیادہ خطرہ تیسرے ماہ تک ہوتا ہے۔ اس کے بعد حمل کے پختہ ہونے کے باعث اس کے گرنے کا اندیشہ بہت کم ہوتا ہے۔ اگر کسی وجہ سے ساتویں مہینے میں حمل گر جائے تو بچہ عموماً زندہ رہتا ہے۔ اور سات ماہ سے کم کا جنین عموماً زندہ نہیں رہتا۔

حمل گرانا قانوناً جرم ہے اور کبھی حمل گرانے کی کوشش نہیں کرنی چاہیئے۔ لیکن بعض حالتوں میں جب دو تین مستند معالج متفق ہوں کہ مریضہ کی زندگی بچانے کے لیے اسقاط حمل ضروری ہے۔ مثلاً حمل میں مرا ہوا بچہ ہو، پر سوت کا درد ہو اور بچہ باہر نہ آتا ہو، مرے ہوئے بچے کی زہر پھیل جانے سے عورت کے مرنے کا ڈر ہو یا حمل نہ گرانے سے عورت کو خطرناک امراض لاحق ہو جانے کا اندیشہ ہو، ان حالات میں مستند ڈاکٹروں کی صلاح سے مریضہ کی زندگی بچانے کے لیے ایسا کیا جا سکتا ہے۔ ان حالتوں کے علاوہ حمل گرانا بھاری جرم ہے۔

وجوہات

اچھلنا، کودنا، زینے پر چڑھنا، دہشت، کثرت مجامعت، رنج و غم، افکار و آلام کی زیادتی، مسہلات یا تھے لانے والی ادویات کا استعمال، امراض رحم، عام کمزوری اور خون کی کمی، گرم اور ثقیل چیزیں کھانا، چوٹ لگنا، بھاری بوجھ اٹھانا، ہچکولے والی سواریوں میں سفر کرنا، ارادتاً حمل گرانا (قانون کے مطابق جرم ہے) اور بعض خاص امراض مثلاً چیچک، خسرہ شدید ملیریا، نمونیہ، سل، شدید کھانسی وغیرہ۔

بعض عورتیں بلا کسی خاص سبب کے اسقاط حمل کی عادی ہوتی ہیں، اس صورت میں عموماً تیسرے چوتھے مہینے اسقاط حمل ہو جایا کرتا ہے۔

علامات

اسقاط سے پہلے عورت سست اور بے چین رہتی ہے۔ کمر، پیٹ اور رانوں میں تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد درد ہوتا ہے جو آہستہ آہستہ بڑھ جاتا ہے اور بچہ دانی سے خون جاری ہو جاتا ہے، بعض عورتوں کو اسقاط کے وقت متلی ہوتی ہے

یا قے آجاتی ہے۔ بعض کو خون کم آتا ہے بعض کو اتنا زیادہ آتا ہے کہ موت کا خطرہ لاحق ہو جاتا ہے۔ بچہ دانی سے خون بہنے لگتا ہے، خصوصاً جب کہ دوسرے یا تیسرے مہینے کا حمل ساقط ہو رہا ہو، پستان نرم ہو جاتے ہیں، ان کی جسامت فوراً گھٹ جاتی ہے، اندام نہانی کشادہ اور ڈھیلی ہو جاتی ہے۔ رحم اپنے مقام سے پیچھے کی طرف مائل ہو جاتا ہے۔ رحم کا منہ اس قدر کھل جاتا ہے کہ انگشت اندر جا سکتی ہے۔

علاج

اسقاط حمل سے اس قدر قیمتی جانیں ہر سال ضائع ہوتی ہیں کہ ان کی تعداد اموات اطفال سے بھی زیادہ ہے، بعض عورتوں کو ایک یا دو بار اسقاط حمل ہو جاتا ہے تو ان کا حمل ہر بار گرنے کی ایک عادت سی ہو جاتی ہے جس سے ایک تو اولاد پیدا نہیں ہوتی، دوسرے عورت کی صحت پر نہایت برا اثر پڑتا ہے۔

اسقاط حمل روکنے کے لیے فوراً ہی کسی لائق طبیب یا طبیبہ کو بلا لیا جائے مریضہ کو پہلے چارپائی کو پاؤں کی طرف سے چھ سات انچ اونچا کر دینا چاہیئے تاکہ مریضہ کے خون کا بہاؤ سر کی طرف ہو۔

لیڈی ڈاکٹر یا طبیبہ کا پہلا فرض یہی ہونا چاہیئے کہ حمل کو بچا لیا جائے اور اس کے لیے علاج میں پوری کوشش ہونی چاہیئے، اگر ایسی حالت ہو جائے کہ حمل کو بچایا نہ جا سکتا ہو تو فوراً ہی بذریعہ آپریشن بچہ دانی کو صاف کر کے عورت کی زندگی بچانی چاہیئے اور ایسی حالت میں دیر نہ کریں اور لیڈی ڈاکٹر کو مریضہ کو زیر علاج لیتے وقت اسپٹک (ASKEPTIC) کا بہت دھیان رکھنا چاہیئے، اپنے اوزاروں اور

جو کپڑا بھی استعمال کیا جائے وہ بھی کسی انٹی سیپٹک لوشن میں بھگو کر خشک کر لیا گیا ہو۔

• اسقاط حمل کو روکنے کے لیے ایسی ادویات جن کا ذکر کثرت حیض میں بیان کیا گیا ہے۔ بہت مفید ہیں۔ اس کے علاوہ جنین کی حفاظت کے لیے وٹامن "ای" کا بصورت گولی استعمال مفید ہے۔

مستقبل میں اسقاط حمل کی عادت کو روکنے کی تدابیر میں سے ایک یہ بھی ہے کہ حمل ضائع ہو جانے کے بعد مریضہ کو کئی دن تک کسی قسم کی نقل و حرکت نہ کرنی چاہیئے۔ عام طور پر عورتیں اسقاط حمل کے دو چار دن بعد ہی چلنے پھرنے لگتی ہیں یہ سراسر مضر صحت ہے۔

جن عورتوں کو اسقاط حمل کی عادت ہو ان کے متعلق معالج کو خاص توجہ سے تشخیص مرض کی ضرورت ہے۔ دایہ کی امداد سے اندرونی حالت بھی معلوم کی جا سکتی ہے اور پھر دفع سبب سے کام لیں۔

عادی اسقاط میں سب سے بڑا علاج حمل کے بعد عورت اور مرد کا بالکل علیحدہ رہنا ہے، پیٹ پر ہلکا سا دھاگا باندھنا بھی اسقاطِ حمل کو روکتا ہے، بشرطیکہ عورت پر اس بات کا اثر ڈالا جائے کہ یہ دھاگا کسی بزرگ نے دیا ہے اور اس سے اسقاط حمل ہرگز نہ ہوگا، ایسے دھاگے آٹھ مہینے گزر جانے پر کھول دینا چاہیئے۔ اس سلسلہ میں اگر مغز کرنجوہ سالم سات دانہ سرخی ریشمی ڈورے میں پرو کر حاملہ عورت کی کمر میں باندھیں تو اسقاط حمل سے محفوظ رہے گی۔ "محافظ حمل" کے کچھ عرصہ متواتر استعمال سے حمل گرنے کا خطرہ نہیں رہتا اور بطور حفظ ما تقدم حاملہ کو حمل کے دوران کھلانے

سے زچہ اور بچہ دونوں کے لیے فائدہ مند ہے۔

اسقاطِ حمل روکنے کے لیے مندرجہ ذیل نسخہ جات مفید ہیں۔

۱۔ تخم شونگی چاندنے پکنس میں لے کر عورت کے سایہ سے بچا کر سایہ میں خشک کریں، روزانہ دو دانہ علی الصباح باسی پانی سے کھلائیں، اولاد نرینہ صاحب عمر پیدا ہوگی۔

۲۔ برادہ دندانِ فیل، سپاری، گل انار، ابریشم مقرض ہر ایک ایک ماشہ مرجان، شاخ مرجان، یشب، صدف مروارید سوختہ، دھنیا خشک عود ہندی، کباب چینی، گلِ ارمنی ہر ایک دو ماشہ کوٹ کر سہ چند کھانڈ کے قوام میں معجون تیار کریں۔ اور حمل کے جن دنوں میں اسقاط حمل ہوتا ہو اس سے چالیس یوم پہلے دو سے تین ماشہ روزانہ دیں۔

۳۔ مروارید ناسفتہ، شاخ مرجان سوختہ، صندل سفید و سرخ طباشیر، مازو ابریشم مقرض، عود صلیب، دودنج عقرب، بیخ انجبار، گل ارمنی ہر ایک ۹ ماشہ، مغز تخم تربوز تخم خرفہ مقشر ہر ایک دو دو ماشہ، ورق طلا بیس عدد ورق چاندی پچاس عدد ان کو ساٹھ تولہ مصری کے قوام میں بطریق معروف معجون تیار کریں اور دو سے تین ماشہ عرق گلاب چار تولہ، عرق بید مشک چار تولہ کے ہمراہ چالیس دن اسقاط حمل کی مدت سے پہلے دیں۔

ولادت (Delivery)

استقرار حمل سے نو مہینے اور دس بارہ دن کے بعد پورے دن ہوتے ہیں۔ ان دنوں میں حاملہ عورتوں کو وضع حمل یعنی بچہ پیدا ہو جاتا ہے۔ دوسرے الفاظ میں وضع حمل کا مطلب یہ ہے کہ انڈہ یعنی جنین کی پوری بڑھوتری کے بعد ماں کے رحم سے الگ ہو جانا، یہ وقت حاملہ کے لیے بہت نازک ہوا کرتا ہے اگر ولادت کے وقت کامل احتیاط نہ کی جائے تو حاملہ کی زندگی سخت خطرے میں پڑ جاتی ہے۔ ایسے وقت کے لیے دایہ نہایت ہوشیار اور سمجھدار ہونی چاہیے جو ولادت خانے کی ضروری باتوں سے بخوبی واقف ہو، علاوہ ازیں دایہ تندرست اور توانا ہونی چاہیے۔ نیز دایہ کسی متعدی مرض میں مبتلا نہ ہو اور دایہ کے ناخن کٹے ہوئے ہوں اور انگلیاں و ہاتھ بالکل صاف ہوں، ولادت کے وقت زچہ کے پاس عورتوں کا ہجوم نہ ہونا چاہیے۔ دو تین ہوشیار معمر عورتیں اور دایہ کی موجودگی کافی ہے، ولادت کے وقت زچہ اور دایہ دونوں کا ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ امراض میں مبتلا ہو جانے کا سخت خطرہ ہوتا ہے

وضع حمل کو سمجھنے کے لیے تین جگہ بانٹ لیا جاتا ہے۔ اس طرح پہلا درجہ اصلی درد دل سے شروع ہونے سے لے کر بچہ دانی (رحم) کی گردن کے پورے سے پھیلنے تک، دوسرا درجہ رحم کی گردن سے پورے پھیلنے سے لے کر جنین کے پیدا ہو جانے تک اور تیسرا درجہ جنین کے پیدا ہونے سے لے کر مشیمہ کے نکل جانے

تک مانا گیا ہے۔

پہلا درجہ

اس میں درد ہوتا ہے، یہ وہ درجہ ہے جو کہ ولادت کے وقت کے درد سے لے کر بارہ سے اٹھارہ گھنٹہ تک رہتی ہے۔ اس وقت بچہ دانی رہ رہ کر سکڑتی ہے یہ درد پیٹھ سے شروع ہو کر کمر سے ہوتی ہوئی ٹانگوں تک پھیلتی ہے۔ اس عرصہ میں وہ تھیلی جس میں بچہ ہوتا ہے، بچہ دانی سے علیحدہ ہو جاتی ہے۔ اس درجہ سے خون اور آلائش مل کر باہر نکلتے ہیں۔

اس درجہ میں حاملہ سے کہا جاتے کہ وہ ٹہلتی رہے۔ ایسا کرنے سے جنین اور رطوبت جنوسی کا وزن بچہ دانی کی گردن پر زیادہ پڑتا ہے۔ اس سے رحم میں سکڑاؤ پیدا ہوتا ہے اور رحم کی گردن پھیلنے میں آسانی ہو جاتی ہے، مریضہ کو زور دینے سے منع کیا جائے۔ مریضہ سے پیشاب کرنے کے لیے کہا جائے یا کیتھیٹر سے پیشاب نکالا جائے۔ چائے قہوہ یا دودھ وغیرہ تھوڑی دیر کے بعد دیا جائے۔

دوسرا درجہ

پہلے درجہ کے شروع ہونے سے خون وآلائش کے نکلنے کے بعد ایک سے تین گھنٹہ تک رہتا ہے۔ اس درجہ میں درد زیادہ ہو جاتا ہے۔ اس وقت بچہ دانی کا سکڑنا بھی زیادہ ہو جاتا ہے اور اسے برداشت کرنے کے لیے حاملہ کو کسی سہارا کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس وقت حاملہ کو کھانسنا چاہیے۔ اس سے قدرے آرام معلوم ہوتا ہے۔ اس درجہ میں بچہ کا سر اور مہبل ولوتی سے باہر آجاتا ہے۔ اگر بچے کے نکلنے میں دیر ہو تو پھر یہ کام کیے جائیں۔

۱۔ سلجھے ہوئے ڈھنگ سے قاع رحم پر ہلکا دباؤ ڈالا جائے۔

۲۔ بچے کی بغل میں انگلی ڈال کر آہستہ سے کھینچا جائے۔

۳۔ بعض دفعہ جنین کے سر کو بھی کھینچنے کی کوشش کی جاتی ہے لیکن جہاں تک ممکن ہو، ایسا نہ کرنا چاہیئے۔ کیونکہ جنین کی گردن کے پٹھوں کے خراب ہونے کا ڈر رہتا ہے۔

جس وقت سارا بچہ باہر نکل آئے تو سب سے پہلے منہ اور نتھنے صاف کئے جائیں۔ اور بچے کی ناف سے دو انچ کے لگ بھگ دور ایک مضبوط اور صاف ڈورے سے کس کر باندھ دی جائے۔ دوسری گرہ عورت کی یونی کے پاس یا اس سے ملا کر نال میں اس طرح لگائی جائے کہ بچے کی ناف کے پاس والی گرہ سے نصف انچ باہر کے لگ بھگ تیز صاف قینچی سے کاٹ دیا جائے اور فوراً ہی کٹے ہوئے سرے پر ٹنکچر آئوڈین لگا دیا جائے۔ بعد میں بھی خون کو روکتے رہنا چاہیئے۔ جب خون بند ہو جانے کا یقین ہو جائے اس وقت چھوڑ دینا چاہیئے۔ نال پر گرہ لگانے کا ایک فائدہ یہ بھی ہے کہ مشیمہ اپنی جگہ سے اکھڑ کر نیچے آتا ہے تو نال بھی نسبتاً زیادہ باہر نکل آتی ہے اور گرہ بھی عورت کے بدن سے زیادہ دور ہو جانے سے پہچاننے میں مدد ملتی ہے۔ اس وقت بچے کو گرم فلالین سے لپیٹ کر رکھنا چاہیئے۔ بچے کو بائیں کروٹ پر لٹانے سے بلغم وغیرہ کے نکلنے میں آسانی ہو جاتی ہے۔ اس کے بعد زچہ کے شفرات کو الگ کر کے تیز روشنی میں طبیبہ کو معائنہ کرنا چاہیئے۔ نیز سیون اور یونی (مہبل) کی پچھلی دیوار کا بھی طبی معائنہ زچہ کو چت لٹا کر کیا جائے اگر نقصان ہو گیا ہو تو ٹانکے لگا دیئے جائیں، دوسرا درجہ پہلے حمل والی عورت میں دو گھنٹہ اور زیادہ

حمل والی عورتوں میں ڈیڑھ گھنٹہ کے لگ بھگ ہوتا ہے۔

تیسرا درجہ

یہ درجہ آدھے سے ایک گھنٹہ تک لیتا ہے اور اس درجہ میں دوئم درجہ کی نسبت حاملہ کو قدرے آرام ملتا ہے، اور تھوڑی دیر کے بعد درد کی لہریں پھر شروع ہو جاتی ہیں اور اب کے تمام بچہ بچہ دانی سے باہر آجاتا ہے۔

یہ درجہ بچے کے پیدا ہونے کے بعد سے لے کر مشیمہ کے نکلنے تک مانا گیا ہے۔

اس درجہ میں زچہ کو چت لیٹنا چاہیئے کہ طبیبہ اپنا الٹا ہاتھ قاع الرحم پر دھیرے سے رکھے اور ہاتھ کے اندرونی کنارے کو پیٹ میں گاڑ کر قاع الرحم کے پچھلے حصہ تک پہنچا کر بچہ دانی کو ہاتھ میں پکڑے۔ اس سے رحم کی جسامت بڑھنے اور نرم ہونے کا اندازہ ملتا ہے، یہ سب باتیں رحم میں خون بہنے کی ہوتی ہیں، جن کا جلدی سے جلدی معلوم کر لینا اچھا ہے، اگر ضرورت ہو تو اس وقت قاع الرحم کو ہلکے ہاتھوں سے مل کر دیا جا سکتا ہے۔

اب ہمیں وہ باتیں دیکھنا ہیں جن سے ہمیں یہ یقین ہو جائے کہ مشیمہ رحم کی دیوار سے اکھڑ چکا ہے۔

۱۔ پہلی بات تو یہ ہے کہ جب ایسا ہوتا ہے تو فتحۃ المہبل کے باہر نال کی لمبائی سوائی ہو جاتی ہے۔

۲۔ رحم پیٹ میں نسبتاً اونچا اٹھ جاتا ہے۔

۳۔ رحم کی شکل گول ہو جاتی ہے اور قوام نسبتاً سخت، ساتھ ہی حرکت زیادہ ہو جاتی ہے۔

۴۔ تھوڑا بہت خون نکلتا ہے۔

۵۔ اگر رحم پر دباؤ ڈال کر چھوڑ دیا جائے یا اوپر کھینچا جائے تو نال ساتھ نہیں کھنچتی۔

۶۔ وریدوں میں کمی ہو جاتی ہے۔

کبھی مشیمہ رحم کی دیوار سے الگ ہو کر بچہ دانی کے گڑھے یا مہبل ریونی) میں کچھ دیر کے لیے ٹھہر جاتا ہے، اگر رحم میں پوری سکیڑ نہ ہو رہی ہو، تو الٹے ہاتھ کی انگلیوں سے قاع الرحم کو مل کر نیچے اور نیچے دبایا جائے، یہ کام اس وقت کیا جائے جب رحم سکڑ رہا ہو اور اس سے مشیمہ مہبل سے باہر نکل آتا ہے، مشیمہ کے باہر نکل آنے کے بعد سیدھے ہاتھ پر لے لینا چاہیئے، زمین پر گرنے نہیں دینا چاہیئے، اس وقت یہ احتیاط بڑی ضروری ہے کہ مشیمہ یا اس کا کوئی حصہ وغیرہ ٹوٹ کر اندر نہ رہ جائے۔ اس لیے اگر ممکن ہو تو قاع الرحم پر دباؤ کے لیے مددگار سے کہا جائے اور خود ہی مشیمہ کو اپنے دونوں ہاتھوں پر لیا جائے، جوں جوں مشیمہ باہر نکلتا جائے، آہستہ آہستہ دونوں ہاتھوں میں لے کر گھمایا جائے، جب تک بچہ دانی سکڑنی شروع نہ ہو جائے۔ اس وقت تک قاع الرحم پر سہارا رکھا جائے، جب مشیمہ باہر نکلتا ہے تو چھتری کی طرح الٹا ہوا ہوتا ہے۔

وضع حمل کے لیے ضروری ہدایات

طبعی وضع حمل کے لیے جہاں تک انتظام کا تعلق ہے، تو اس کے لیے سب سے پہلی ضروری چیز عفونت یا انفکشن پہنچنے کے امکانات کو ختم کرنا ہے، یعنی تمام دوائیں، اوزار، کپڑے، لباس، کمرہ، چارپائی اور دیگر ضروری چیزوں کا پاک و

صاف استعمال ہونا ضروری ہے، ٹھیک اسی طرح خود حاملہ کے تمام بدن خصوصاً متعلقہ بناوٹوں کی صفائی طبی اور حیاتی نقطہ نظر سے ضروری ہے، چنانچہ وضع حمل سے پہلے حاملہ کی مہبل (ولوی) کے بال وغیرہ خوب صاف کئے جائیں اور حسب ضرورت دواؤں سے ڈوش کئے جائیں، کمرہ خوب بڑا، روشن اور ہوادار ہو، تمام غیر ضروری سامان کمرے سے الگ کر دیا جائے۔ مثلاً تصویریں، پردے، فرنیچر وغیرہ وغیرہ چارپائی لمبی، چوڑی اور تنی ہوئی ہو، بستر کی چادر اور گدے موسم کے ہونے چاہئیں۔

حقنہ دینے کی پچکاریاں، بند لگانے کی ڈوریاں، صاف کرنے کا سامان اور کئی ٹونیاں، زنانہ کیتھی ٹر، عام قینچیاں، شریانی چمٹیاں، انجکشن سرنج، ربڑ کے دستانے، بڑے پیالے جن میں بورک ایسڈ کا محلول اور روئی گاز وغیرہ رکھا جا سکے، بڑے جگ، ابلا ہوا گرم پانی، نیز یہ سب چیزیں بالکل اسی طرح پاک و صاف کی جائیں جیسے کسی بڑے آپریشن کے لیے کی جاتی ہیں۔

وضع حمل کے سلسلہ میں سب سے پہلے حاملہ کو مزاج کے مطابق غسل دیا جائے، جو کہ پہلے ہی کر لینا اچھا ہوتا ہے، اسی وقت زیر ناف بال صاف کیے جائیں اور پھر اس مقام پر ٹنکچر آیوڈین یا مرکیورو کروم کا محلول وغیرہ لگا دیا جائے۔

پہلی امتحان سے پہلے طبیبہ کو ہمیشہ ہاتھوں کو اچھی طرح مطہر ربڑ کے دستانے پہن لینے چاہئیں۔ اب مہبل کے باہر والے حصے کو انٹی سپٹک دوا کے محلول سے دھو لیا جائے، پھر روئی سے سامنے سے پیچھے کی طرف صاف کیا جائے، وضع حمل شروع ہونے سے پہلے حاملہ پیشاب کرے یا پھر حقنہ اور کیتھی ٹر استعمال میں

لائے جائیں۔

وضع حمل کے وقت زچہ کو بہت صدمہ پہنچتا ہے۔ جس سے زچہ میں ضعف طاری ہوجاتا ہے اور وہ بہت کمزور ہوجاتی ہے، اس لیے زچہ کو اس وقت بالکل آرام کرنا چاہیئے۔ بچہ پیدا ہونے کے دس روز بعد تک زچہ کو بستر سے نہ اٹھنا چاہیئے۔ ورنہ رحم سے خون جاری ہوجانے کا خطرہ ہوتا ہے نیز رحم بھی سکڑ کر اپنی اصلی حالت پر نہیں آتا بلکہ ہمیشہ کے لیے بڑھا رہ جاتا ہے جس سے اکثر عورتوں کے پیٹ بڑے ہوجاتے ہیں۔ بچہ پیدا ہونے کے تین ہفتہ تک زچہ کو اپنا معمولی کام کاج بھی نہیں کرنا چاہیئے۔ ورنہ طرح طرح کے امراض پیدا ہوکر زچہ کو ساری عمر تکلیف کا خطرہ لاحق ہوجاتا ہے۔

بچہ پیدا ہونے کے ایک ماہ تک زچہ کو اپنے جسم پر ٹھنڈا پانی بھی نہ ڈالنا چاہیئے اور نہ ہی ٹھنڈے پانی میں بھیگنا یا کام کاج کرنا چاہیئے۔ ورنہ نفاس (لوکیا۔ (LOCIA بند ہوکر زچہ کے بیمار ہوجانے کا سخت خطرہ ہے، بلکہ ہاتھ، منہ دھونے میں بھی گرم پانی ہی استعمال کرنا چاہیئے۔ بچہ پیدا ہونے کے چھ گھنٹے بعد تک زچہ کو پیشاب آجانا چاہیئے۔ اگر اس میں دیر لگے تو ابل (دھ بجا ئنا) پر سینک کرنا چاہیئے۔ بچہ پیدا ہونے کے ۲۴ گھنٹے بعد تک زچہ کو اجابت (ٹٹی) ضرور آنی چاہیئے۔ اگر اس سے زیادہ دیر لگے تو کیسٹر آئل ایک سے ڈیڑھ اونس تک مزاج کے مطابق نیم گرم گائے کے دودھ میں ملا کر زچہ کے پیٹ کو صاف کر دینا چاہیئے۔ قبض ہرگز نہ ہونے دیں۔ مریضہ کو حملی نفاسیہ

ایپیوریپرل سپٹی سی میا سے

محفوظ رکھنے کے لیے ایکسٹر کیٹ ارگٹ ا ۔ ۔) دس بوند

ایک اونس پانی میں ملا کر ایسی دو خوراک دن میں چار پانچ روز تک پلائیں۔

زچہ کو چھ سات گھنٹے بعد بچہ کو دودھ پلانا شروع کر دینا چاہیئے۔ وضع حمل کے بعد تقریباً ایک ماہ تک زچہ کے رحم سے ایک رطوبت خارج ہوا کرتی ہے، جسے نفاس (لوکیا) کہتے ہیں۔ نفاس کھل کر آنا زچہ کی صحت کے لیے اشد ضروری ہے اور تندرستی و صحت کی علامت سمجھا جاتا ہے۔ پہلے چار روز تک نفاس خون آمیز اور سرخ رنگ کا ہوتا ہے۔ لیکن پانچویں دن سے نویں دن اس کی رنگت سبزی مائل ہو جاتی ہے۔ اس کے بعد گدلے پانی کی سی ہو جاتی ہے اگر نفاس کم آئے یا جلد بند ہو جائے یا بدبودار ہو جائے تو اس سے زچہ کو پرسوت کا بخار ہو جاتا ہے جو سٹریپٹو کوکس نامی جرثومے سے پیدا ہوتا ہے۔ ایسی حالت میں مقامی طور پر رحم میں انٹی سیپٹک ادویات مثلاً ڈیٹول وغیرہ کا ڈوش طبیب کے مشورے سے کرنا چاہیئے اور سوزش رحم کے لیے رحم میں الکحول گلیسرین کی بتی رکھنی چاہیئے، اس سلسلہ میں خوراکی طور پر سلفا ڈرگز مزاج کے مطابق چھ گولی تک روزانہ استعمال کرائی جا سکتی ہیں۔ سلفا ڈایازین عمدہ دوا ہے۔

یونانی طریقہ علاج میں مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کریں۔

گل بنفشہ چھ ماشہ، گل سرخ اصلی چھ ماشہ، سونف دیسی چھ ماشہ، پوست بیرونی املتاس کوفتہ چھ ماشہ، افسنتین رومی ایک ماشہ، ڈیڑھ پاؤ پانی میں جوش دیں۔ جب دو چھٹانک پانی رہ جائے تو قند سیاہ دو تولہ مناسب ملا کر اور گھی دیسی کا تڑکا لگا کر (گھی دو تولہ سے کم نہ ہو) بطور چائے گرم گرم پلائیں۔ چند دنوں میں فائدہ عظیم ہو گا۔

ننھے بچے کی پرورش

بچہ پیدا ہونے کے بعد جب اس دنیائے فانی میں پہلا سانس لیتا ہے، اسی وقت سے اس پر انسانوں کے بنائے ہوئے قانون و اصول لاگو ہو جاتے ہیں۔ اور اسے طبی مشیروں اور مددگاروں کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس لیے یہاں پر چند ابتدائی باتیں تحریر کی جاتی ہیں۔ جس کی بچہ کو فوراً ضرورت پڑتی ہے۔

۱۔ بچہ پیدا ہونے کے فوراً بعد بلک کر رونا جس سے بچے کے پھیپھڑے میں حرکت ہوتی ہے اور ہوا بچہ کے اندر داخل ہوتی ہے جو اس کی زندگی کے لیے نہایت ضروری ہے، عام لوگوں میں رونے کی آواز سن کر مایوسی کی لہر دوڑ جاتی ہے لیکن بچہ کا رونا خوشی کی علامت ہے۔ کیونکہ یہ علامت بچہ کے زندہ ہونے کی سب سے بڑی شناخت ہے۔

۲۔ بچہ کی نال کو کاٹنا اور حفاظت سے مضبوط باندھنا چاہیئے، ورنہ بچے کے ضائع ہو جانے کا خطرہ ہوتا ہے۔

۳۔ اس کے جسم پر لگی ہوئی رطوبت کو فوراً صاف کرنا یعنی غسل دینا جو بچہ کی صحت و تندرستی کے لئے نہایت ضروری ہے۔ غسل موسم کا لحاظ رکھتے ہوئے نیم گرم پانی سے دینا چاہیئے۔

۴۔ بچہ کو شہد اور کیسٹر آئیل ملا کر چٹانا چاہیئے تاکہ پاخانہ آکر پیٹ کی آلائش صاف ہو جائے جو بچہ کی صحت کے لیے ضروری ہے۔

۵۔ بچہ پیدا ہونے کے چند گھنٹوں کے بعد ماں اپنے بچہ کو دودھ پلائے، لیکن دودھ پلاتے وقت اپنی دونوں چھاتیوں کو گرم پانی سے دھو کر صاف کر کے

پھر بچہ کے منہ میں دے۔

بد قسمتی سے اگر بچہ کو ماں کا دودھ میسر نہ آئے تو انا یا دائی کا دودھ دیا جائے۔ دودھ خواہ کسی کا ہو، اصول حفظان صحت و اوقات کا خیال رکھنا چاہیئے۔ مگر بد قسمتی سے ہمارے ملک میں یہ رواج عام ہے کہ جہاں بچہ رویا، ماں نے اس کے منہ میں دودھ دے دیا، خواہ بچہ کسی ہی وجہ سے رو رہا ہو، یہ عمل بچہ کی صحت و تندرستی کے لیے نہایت تکلیف دہ ہے۔ حتیٰ کہ بڑے بچوں کے ساتھ بھی یہی سلوک کیا جاتا ہے، جہاں رویا اور روٹی کا ٹکڑا ہاتھ میں دے دیا۔ اور وہ چپکا ہو گیا۔ حالانکہ یہ جانتے ہوئے کہ یہ طریقہ بچے کے لیے سخت نقصان دہ ہے، جو بچہ ماں کا دودھ پیتا ہے۔ اس کے لیے مقررہ اوقات پر دودھ پلانا نہایت ضروری ہے کیونکہ ان ہی اصولوں کی پابندی کی بنا پر بچہ کے وزن میں تندرستی ہوتی ہے۔

اس سلسلہ میں مندرجہ ذیل اوقات کے مطابق دودھ پلانے سے بچہ صحتمند اور تندرست رہتا ہے۔

دودھ پلانے کے اوقات کا نقشہ

عمر	۷ بجے صبح سے لیکر ۹ بجے رات تک بچہ کو دودھ پلانے کے اوقات میں وقفہ	۹ بجے رات سے ۷ بجے صبح تک کتنی مرتبہ بچہ کو دودھ پلانا چاہیئے۔	۲۴ گھنٹہ میں کتنی مرتبہ بچہ کو دودھ پلانا چاہیئے۔
پہلا دن	چھ گھنٹے	ایک مرتبہ	چار مرتبہ
دوسرا دن	چار گھنٹے	ایک مرتبہ	چھ مرتبہ
تیسرے دن سے ایک مہینہ	دو گھنٹے	دو مرتبہ	دس مرتبہ
پہلے مہینے سے تیسرے مہینے تک	اڑھائی گھنٹے	ایک مرتبہ	آٹھ مرتبہ
تیسرے سے پانچویں مہینے تک	تین مہینے	ایک مرتبہ	سات مرتبہ
چھٹے سے سال عمر کی عمر تک	تین گھنٹے	دو مرتبہ	چھ مرتبہ
ایک سال سے دودھ چھڑانے تک		ایک مرتبہ	پانچ مرتبہ

- مندرجہ بالا ہدایات اوقات کے مطابق بچے کو اگر دودھ پلایا جائے، تو مندرجہ ذیل نقشہ کے مطابق بچہ کے وزن کو بھی نوٹ کرتے جائیں ۔
- اگر اس کی بڑھوتری نقشہ ذیل کے مطابق ہے تو سمجھ لیں کہ آپ کا بچہ تندرست اور صحت مند ہونے میں ماں کے دودھ کو بڑا دخل ہے، کیونکہ بچے کے لیے ماں کے دودھ سے زیادہ کوئی دوسرا دودھ موافق نہیں پڑتا ہے ۔
- لہٰذا اس طرف سختی سے متوجہ ہوں اور کسی مستند معالج سے مشورہ کریں ۔

عمر کے مطابق بچہ کی بڑھوتری کا نقشہ

عمر	وزن میں بڑھوتری	کل وزن
پہلا مہینہ	۱۳ اونس	۸ پونڈ
دوسرا مہینہ	۳۰ اونس	۹ پونڈ ۱۴ اونس
تیسرا مہینہ	۲۷ اونس	۱۱ پونڈ ۹ اونس
چوتھا مہینہ	۲۶ اونس	۱۳ پونڈ ۳ اونس
پانچواں مہینہ	۲۱ اونس	۱۴ پونڈ ۳ اونس
چھٹا مہینہ	۲۰ اونس	۱۵ پونڈ ۱۲ اونس
ساتواں مہینہ	۱۷ اونس	۱۶ پونڈ ۱۳ اونس
آٹھواں مہینہ	۲۳ اونس	۱۸ پونڈ ۴ اونس
نواں مہینہ	۲۱ اونس	۱۹ پونڈ ۱۰ اونس
دسواں مہینہ	۲۰ اونس	۲۰ پونڈ ۱۴ اونس
گیارھواں مہینہ	۱۱ اونس	۲۱ پونڈ ۹ اونس
بارھواں مہینہ	۷ اونس	۲۲ پونڈ

دودھ پلاتے وقت ماں کو چاہیئے کہ جس طرف کا دودھ بچہ کو پلائے اسی کروٹ لیٹ جائے اور بچہ کو اپنے ساتھ اس طرح چمٹائے کہ گھنٹی آسانی سے

بچہ کے منہ میں جا سکے۔ اس طریقہ سے ماں بھی نہیں تھکتی اور بچہ بھی آسانی سے دودھ پی لیتا ہے۔ اگر دیر بھی لگ جائے تو ماں کو تکلیف محسوس نہیں ہوتی، ماں دودھ پلانے میں اس بات کا خاص خیال رکھے کہ بچہ کو سونے سے پہلے دودھ پیٹ بھر کر پلا دے۔ تاکہ بچہ رات کو بار بار دودھ کی خواہش نہ کرے۔ کیونکہ ایسی حالت میں بچہ اور ماں دونوں کی نیند خراب ہوتی ہے۔ جس سے بچہ کی صحت پر بُرا اثر پڑتا ہے، نیز یہ بھی اچھی طرح یاد رکھنا چاہیئے کہ جب بچہ دودھ پیتا ہے تو ہوا بھی اس کے پیٹ میں دودھ کے ساتھ جاتی ہے جس سے اکثر بچے رات کو بے چین ہوتے ہیں اور روتے ہیں اور ماں ننھے بچے کی پرورش کے اصولوں سے ناواقفیت کی وجہ سے اور لاپرواہی کی بنا پر بار بار اس کے منہ میں دودھ دیتی رہتی ہے جس سے بچہ چپ نہیں ہوتا بلکہ زیادہ روتا ہے۔ ایسی حالت میں ماں کو فوراً بچہ کا سبب دیکھنا چاہیئے یا اگر بچہ اوپر کا دودھ پیتا ہے تو ان تمام تکالیف سے جو عموماً بچہ کو پیدا ہوتی رہتی ہیں۔ مندرجہ ذیل جنم گھٹی کا شروع سے اگر استعمال کرایا جائے تو بچہ کی صحت و تندرستی بنی رہے گی۔

جنم گھٹی

جنم گھٹی کا مندرجہ ذیل نسخہ ننھے بچے کے امراض کے لیے امرت ہے۔

گل بنفشہ، سنا مکی، مغز املتاس ہر ایک دو ماشہ، پوست ہلیلہ زرد چھوٹی ہرڑ، بادرنگ، گل سرخ ہر ایک دو ماشہ، منقیٰ، عناب، ہر ایک تین دانہ، سب کو تین چھٹانک پانی میں جوش دیں۔ جب نصف رہ جائے تو ذرا سی ترنجبین اور شکر سرخ ملا کر ذرا ذرا چٹائیں، ایک بار میں چھ ماشہ تک اور دن رات میں دوبارہ

چنائیں، کافی ہے، اس سے پیٹ صاف ہو کر جگر، معدہ اور آنتیں اپنا ٹھیک کام کریں گی۔

عُسرِ ولادت

تعریف مرض۔ بچہ بآسانی خارج نہیں ہوتا جس سے وضع حمل کے وقت عورت کو سخت تکلیف ہوتی ہے، بعض اوقات زندگی ختم ہو جاتی ہے۔ اگر پیٹ میں بچہ مر جائے تو بہت مشکل کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

وجوہات

۱۔ حاملہ کی کمزوری، خوف، پہلی دفعہ بچہ جننے میں گھبراہٹ، حد سے زیادہ موٹاپا، (جس سے بچہ مشکل سے خارج ہوتا ہے) حد سے زیادہ نازک مزاجی۔

۲۔ بچہ کا حد سے زیادہ موٹا ہونا، حد سے زیادہ کمزور ہونا، (بچہ دانی کی پکڑ میں نہ آسکے)، بچہ کا دو سر والا ہونا یا زیادہ ٹانگوں والا ہونا، بچہ دانی میں ایک سے زیادہ بچوں کا ہونا، (جو ایک دوسرے کے نکلنے میں رکاوٹ ڈالتے ہیں) بچہ کی پیدائش غلط طریقہ سے ہونا یعنی پہلے بازو یا ٹانگ وغیرہ کا باہر نکلنا۔

۳۔ بچہ دانی کا چھوٹا ہونا، بچہ دانی میں رطوبت نہ ہونا، (جس سے بچہ پھسل کر نہ نکلے)، بچہ دانی کا ورم، بچہ دانی کے زخم، بچہ دانی کی لیوا سیر، بچہ دانی کی کمزوری وغیرہ

۴۔ مشیمہ کا حد سے زیادہ موٹا ہونا (جس سے وہ نہ پھٹ سکے اور بچہ نہ نکلے) یا وقت سے پہلے پھٹ جائے، جس سے بچہ کو پھسلا کر نکالنے والی رطوبات

خارج نہ ہوں۔

۵۔ پتھری، مثانہ، پیشاب کی بندش، پیٹ یا بیڑو میں رسولی وغیرہ، جس سے بچہ دانی کے منہ پر دباؤ پڑنے سے بچہ آسانی خارج نہیں ہو سکتا ہے۔

۶۔ مدت حمل کے مکمل ہونے سے پہلے بچہ کا نکلنا۔

۷۔ بعض دفعہ دایہ کی غلطی سے بچہ کی پیدائش میں دیر ہو جاتی ہے۔

۸۔ سخت سردی جس سے اعضائے ولادت نہ کھل سکیں، سخت گرمی سے جس سے طاقت کمزور ہو جائے، سخت غم و فکر جس سے بچہ کی پیدائش میں دیر ہو جاتی ہے۔

علاج سے یا تو تکلیف دور ہو جاتی ہے یا کبھی سانس کی تنگی سے سینہ اور پھیپھڑے کی رگیں ٹوٹ جاتی ہیں اور کھانسی میں خون آنے لگتا ہے، کبھی شدت و تمدد سے اعصاب و عضلات منقطع ہو جاتے ہیں، تشنج و کزاز ہونے لگتا ہے۔ شدت مرض میں کبھی پیٹ کا پردہ مراق پھٹ جاتا ہے اور عورت ہلاک ہو جاتی ہے، عسر ولادت میں اگر عورت کو چھینکیں آئیں تو یہ ایک اچھی علامت ہے۔ اگر بچہ خارج ہونے سے پہلے خون اور رطوبات زیادہ مقدار میں نکل چکی ہوں تو بچہ کی پیدائش مشکل سے ہوگی، اگر خون آنے میں دیر ہو جائے تو بچہ کی پیدائش میں آسانی کی امید کی جا سکتی ہے۔

علامات

عورت کو بار بار درد زہ اٹھتا ہے لیکن بچہ باہر نہیں آتا، عورت زور لگاتی ہے اور درد سے چیختی ہے، لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔ آخر عورت تھک کر

بے دم ہو جاتی ہے اور وہ درد کا اٹھنا کچھ عرصہ کے لیے بند ہو جاتا ہے۔ پھر رہ رہ کر کمر کا درد اٹھتا ہے۔

علاج بطور حفظ ما تقدم

اگر نویں ماہ کے شروع ہوتے ہی حاملہ کو ہر روز نہار منہ روغن بادام شیریں 9۔ ماشہ، دودھ نیم گرم میں پلائیں اور غلیظ، تیز، ترش اور قابض غذاؤں سے پرہیز کرائیں، غذا نرم و مرغن کھلائیں تو بچہ بلا تکلیف پیدا ہوتا ہے۔

علاج ڈاکٹری

زچہ کو درد زہ شروع ہوتے ہی بیٹھنے اور ٹہلانے کی تاکید نہ کرنی چاہیے کیونکہ اس سے بچہ دانی کا منہ زیادہ کھل جانے سے پہلے ہی پانی کی تھیلی پھٹ جاتی ہے۔ جس سے بچہ پیدا ہونے میں بہت سخت تکلیف ہوتی ہے، ہاں جب درد شدت سے ہونے لگے تب ٹہلانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ اگر قبض ہو تو سوپ واٹر کا انیما کریں۔ درد زہ کو زیادہ کرنے کے لیے کونین کا استعمال مفید ہے اس سلسلہ میں کونین سلفاس پانچ سے دس گرین دکیپ شولز یا گولی ہمراہ دودھ نیم گرم دیں یا کونین مکسچر دے سکتے ہیں، اس سے درد ہو کر بچہ دانی کا منہ کھل جائے گا۔ جس وقت رحم کا منہ پوری طرح کھل چکا ہو اور درد زہ بند ہو جائے تو پٹیوٹرین ½ ایک سی سی کا زیر جلد انجکشن کریں۔ پانچ یا دس منٹ میں بچہ پیدا ہو جاتا ہے

نوٹ:۔ اگر بچہ دانی کا منہ نہ کھلا ہو یا بچہ کی ساخت یا وضع میں فرق ہو تو پٹیوٹری کے استعمال سے بچہ دانی کے پھٹ جانے کا خطرہ ہے۔ اس لیے اس سے پہلے تسلی کر لینی ضروری ہے۔

دردِزہ (بچہ کی پیدائش کے وقت) سے ضرر انجکشن

عین بچہ کی پیدائش کے وقت جب دردِزہ اٹھ رہی ہوتی ہیں، اس وقت

نرس یا دائی ڈاکٹر صاحب کو بلوا بھیجتی ہے اور ڈاکٹر صاحب کے مریضہ کے

پاس آتے ہی کہا جاتا ہے کہ آپ اس کا چھٹکارہ کرنے کے لئے انجکشن لگا دیں۔

اور عام طور پر سے دائیاں ناتجربہ کار ہونے کے سبب بچہ کی صحیح حالت بتانے سے

بھی قاصر رہتی ہیں۔ اگر بچہ کا سر سرد کس (رحم) میں (Fix) ہونے سے پیشتر

ہی انجکشن پیچوٹری لگا دیا جائے جو عام طور سے لگایا جاتا ہے اور اس موقعہ کے لیے

مخصوص ہے، تو مریضہ کو جان کے لالے پڑ جاتے ہیں اور بعض اوقات آپریشن

تک نوبت پیدا ہو جاتی ہے۔

اب آپ سوچ رہے ہوں گے کہ انجکشن کا نام تو ابھی تک نہیں لکھا، سنئیے

روزمرہ کام میں آنے والا لیوراکیسٹریکٹ کروڈ

(Coude) دو سی سی کی مقدار میں دے دیجئے۔ نرس سے پوچھنے کی بھی ضرورت

نہیں کہ بچہ کی کیا پوزیشن ہے اور آرام سے گھر آکر سو جائیں، آدھ گھنٹہ سے ایک

گھنٹہ کے اندر آرام سے بچہ پیدا ہو جائے گا۔

آپ ضرور پوچھیں گے کہ دورانِ حمل لیوراکیسٹریکٹ کے انجکشن بہت لگائے

جاتے ہیں۔ تو اس طرح حمل گر کیوں نہیں جاتا، چونکہ دورانِ حمل کمزور مریضوں پر ہم

روزانہ لگاتے ہیں، اس وقت ایسا کیوں نہیں ہوتا؟ اگر کیوں کے جواب کے آپ

مشتاق ہیں تو پہلے اپنے کمزور مریضوں پر یہ انجکشن لگائیں۔

نوٹ!:۔ لیوراکیسٹریکٹ کروڈ

غیر صاف شدہ لیورا یکسٹریکٹ ہوتا ہے اور اسے ہول لیور ایکسٹریکٹ (whole liver extract) کا نام بھی دیا جاتا ہے۔ دیگر کئی کمپنیاں کروڈ (crude) اور ہول (whole) کے نام سے بناتی ہیں۔ مقدار خوراک ایک سے دو سی سی ٹیکہ صرف عضلاتی لگایا جاتا ہے۔ وریدی ہرگز نہیں لگانا چاہیے

یونانی علاج

دودھ گائے آدھ سیر، گھی خالص پانچ تولہ، شکر سرخ پانچ تولہ ملا کر نیم گرم پلائیں، عورت تیس قدم جلد جلد چلے، پھر پاؤں کے بل بیٹھ کر سانس کو بند کر کے نیچے کو زور کرے، اگر ولادت میں دیر ہو تو لعاب بیج کتان و بیج حلبہ کو تیل کتان میں ملا کر نیم گرم بچہ دانی کے منہ پر زور سے مالش کریں۔

جب سر کے علاوہ بچہ کے جسم کا کوئی حصہ پہلے نکلنے والا ہو۔ تب حاملہ کو فوراً کسی زنانہ ہسپتال میں پہنچا دینا چاہیے یا لیڈی ڈاکٹر کو بلا لینا چاہیے تاکہ غیر طبعی حالت کو درست کر سکے۔

دوائے عسر ولادت

مشکطرامشیع، پرسیاؤشاں، تخم سیاہ ہر ایک چھ ماشہ، پھلی املتاس کا چھلکا، گڑ ہر ایک ایک تولہ، پانی میں جوش دے کر پلائیں۔

دیگر

گل شفتالو ایک ماشہ پیس کر حمول کریں، مردہ جنین کو نکالنے میں مجرب ہے۔

حب تسہیل ولادت

زچگی کے وقت بعض عورتوں کو سخت تکلیف ہوتی ہے۔ اللہ کی مہربانی سے ان گولیوں سے بچہ آسانی سے پیدا ہو جاتا ہے۔ نسخہ مندرجہ ذیل ہے۔

زعفران خالص، ہینگ خالص، دونوں برابر وزن باریک کر کے شہد کے ساتھ گولیاں نخود کے برابر بنائیں۔ بوقت ضرورت ایک گولی ہمراہ دودھ استعمال کریں۔

دیگر:۔ صرف زعفران خالص چار رتی پیس کر پھنکا دیں یا صرف دار چینی ایک ماشہ پانی میں پیس کر زیر ناف لیپ کریں اور دار چینی ایک ماشہ کا سفوف گرم پانی سے دیں۔

دیگر:۔ زعفران پانچ رتی گڑ میں ملا کر کھلانے سے بچہ جلد پیدا ہو جاتا ہے۔

دیگر:۔ املتاس کی پھلی کا سیاہ چھلکا دو تولہ ڈیڑھ پاؤ پانی میں جوش دے کر نصف رہنے پر چھان کر پلائیں، گڑ ڈال کر میٹھا کر لیں۔

دوائے مسقط جنین

چھلکا املتاس دو تولہ، زیرہ کرمانی تین ماشہ، تخم خربوزہ چھ ماشہ، افسنتین چار ماشہ، شاہترہ چھ ماشہ جوش دے کر صاف کریں۔ اور گل قند تین تولہ حل کر کے پلائیں، مردہ بچہ نکالنے کے لیے مفید ہے۔

نوٹ:۔ حاملہ کے لیے اس دوائی کا استعمال سخت منع ہے۔

مفید ہدایات

جب وضع حمل کے دن بالکل نزدیک ہوں تو مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کریں۔

۱۔ حاملہ کو غذا کم کھلائیں، دودھ یا شوربا دیں، ٹھنڈی و ترش اشیاء سے پرہیز کرائیں اور نچلے حصہ کو سردی سے بچائیں۔

۲۔ حاملہ کو ہدایت کریں کہ جب دردِ زہ اٹھے تو شور و غل نہ کرے بلکہ صبر سے درد کو برداشت کرکے پاؤں کے بل بیٹھے۔

۳۔ جب بچہ جننے کا وقت بالکل نزدیک ہو تو عورت کو گرم کمرے میں تھوڑا تھوڑا چلائیں، پھر بیٹھنے کی ہدایت کریں اور پھر چلنے کی ہدایت کریں، بچہ آسانی سے پیدا ہو جائے گا۔

۴۔ اگر بچہ پیدا ہونے میں تکلیف ہو اور بہت درد ہونے پر بھی بچہ باہر آئے تو دایہ کو چاہیئے کہ تلوں کے تیل سے یونی کی مالش کرے یا اس کو اندرونی جانب سے چیر کر تر کر دے۔

۵۔ حاملہ کو جب تھوڑا درد اٹھے تو اس وقت پاخانہ و پیشاب کرا دیں، اگر قبض ہو تو کیسٹر آئل سے انیما کریں۔

زچہ کی صحت و تندرستی کیلئے مفید ہدایات

۔ زچہ کو آرام سے بستر پر لٹائیں، موسم سرما میں کمرے کو گرم رکھیں اور بستر بھی گرم دیں، زچہ کا لباس و بستر پاک و صاف ہونا چاہیئے۔

۲۔ وضع حمل کے بعد زچہ کو چاہیئے کہ وہ دس دن بستر پر آرام سے لیٹی رہے اور چلنے پھرنے کا نام نہ لے، ورنہ بچہ دانی سے خون جاری ہونے کا ڈر ہے اور بچہ دانی سکڑ کر اصلی حالت پر نہیں آسکتی، بلکہ ہمیشہ کے لیے بڑھتی رہتی ہے۔

۳۔ وضع حمل کے بعد زچہ ۲۱ دن کام نہ کرے، ورنہ کئی قسم کے امراض پیدا ہو جانے کا خطرہ ہے۔

۴۔ بچہ پیدا ہونے کے ۳۰ دن تک زچہ سرد پانی جسم پر نہ ڈالے، کیونکہ اس سے نفاس بند ہو جائے گا، جس کا جاری رہنا زچہ کی تندرستی کے لیے ضروری ہے اس لیے منہ ہاتھ دھونے اور نہلانے کے لیے ہمیشہ گرم پانی کا استعمال کیا جائے۔ لیکن ابتدائی بیس دن نہانا منع ہے بلکہ جسم کو گرم پانی و تولیے سے پونچھ لیا جائے۔

۵۔ وضع حمل کے چھ گھنٹے بعد اگر زچہ کو پیشاب نہ آئے تو پیڑو پہ گرم پانی کا سینک کرنے سے پیشاب آجاتا ہے۔

۶۔ وضع حمل کے ۲۴ گھنٹے بعد اگر زچہ کو پاخانہ نہ آئے تو کیسٹر آئیل ایک تولہ سے لے کر اڑھائی تولہ گرم دودھ میں پلانے سے قبض کا عارضہ دور ہو جاتا ہے، جو کہ زچہ کی صحت کے لیے ضروری ہے۔

۷۔ بچہ پیدا ہونے کے بارہ گھنٹے بعد اکثر زچہ کے پستانوں میں تناؤ اور گرانی محسوس ہوتی ہے اور عام طور پر اڑتالیس گھنٹوں میں دودھ اتر کر پستانوں پر ورم آجاتا ہے۔ جس سے زچہ کو معمولی بخار بھی ہو جاتا ہے۔ اسے دودھ کا بخار کہتے ہیں۔ جو کہ دودھ پلانے سے دور ہو جاتا ہے۔

۸۔ بچے کی پیدائش کے سات گھنٹے بعد ماں کو بچے کا دودھ ضرور پلانا چاہیے کیونکہ بچہ دانی اور پستانوں میں ایک خاص عصبی تعلق ہے۔ جب بچہ پستانوں کو منہ میں لے کر چوستا ہے تو عصبی تعلق کی وجہ سے بچہ دانی کا سکڑاؤ شروع

ہو جاتا ہے جو زچہ کے لیے بہت مفید ہے، علاوہ ازیں دودھ نکلنے سے
پچھاتیوں کا جوشش کم ہو جاتا ہے اور زچہ کا پہلا دودھ جلاب کا کام کرتا ہے
جس سے ننھے بچے کا پیٹ صاف ہو جاتا ہے۔

۹۔ چالیس روز تک زچہ کی بچہ دانی سے ایک قسم کی رطوبت خارج ہوتی رہتی ہے جس کو طب میں نفاس کہتے ہیں، اس کا کھل کر جاری رہنا زچہ کی صحت کے لیے بہت مفید ہے اور بند ہو جانے سے کئی قسم کی بیماریوں کا خطرہ ہے، خصوصاً اس سے پرسوت کا بخار ہو جاتا ہے۔

۱۰۔ ولادت کے بعد لونی پر سوجن ہو جاتی ہے۔ اسے سینک سے آرام آجاتا ہے۔

۱۱۔ بچہ ہونے کے بعد تین دن تک زچہ کو نرم اور جلد ہضم ہونے والی غذا دیں، دیر ہضم غذاؤں سے سخت پرہیز کرائیں۔

۱۲۔ ابتدائی ایام میں زچہ کو گرم پانی کی جگہ عرق گاؤزبان، عرق مکو اور عرق سونف پلائیں، سرد ہوا کے جھونکوں اور ٹھنڈے پانی سے بچائیں۔

کثرت نفاس

تعریف مرض

بچہ پیدا ہوتے کے چند گھنٹوں بعد یا آنول نکلتے وقت سخت جریان خون ہوتا ہے۔ اگر اس کا ہوشیاری سے علاج نہ کیا جائے تو زچہ کی زندگی خطرے میں پڑ جاتی ہے۔

وجوہات

وضع حمل کے بعد کسی بے احتیاطی کی وجہ سے بچہ دانی کا سکڑاؤ درست نہ ہونا، آنول کو ہاتھ سے کھینچنا، آنول کا کوئی ٹکڑا بچہ دانی میں رہ جانا، آپریشن کے وقت بچہ دانی میں زخم ہو جانا، بچہ دانی کا منہ پھٹ جانا، زیادہ گرم غذاؤں کا استعمال، بعد وضع حمل چلنا پھرنا، کمزوری اعصاب وغیرہ سے یہ عارضہ ہو جاتا ہے۔

علامات

بچہ دانی سے زیادہ خون نکلتا ہے، زچہ کا چہرہ زرد اور ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہو جاتے ہیں۔ ٹھنڈا پسینہ آتا ہے۔ نبض باریک اور تیز چلتی ہے، کمزوری کے باعث مریضہ کی آنکھوں کے آگے اندھیرا آ جاتا ہے۔ شدت مرض میں بے ہوشی تک نوبت پہنچ جاتی ہے۔ یا کل جسم میں تشنج ہو کر مریضہ موت کے گھاٹ اتر جاتی ہے۔

یونانی علاج

ہدایات مذکورہ کو سامنے رکھیں۔ خون بند کرنے کے لیے کثرت طمث کے بیان میں جو نسخے درج ہیں وہ اس مرض میں بھی مفید ہیں، مندرجہ ذیل نسخہ جات بہت مفید ہیں۔

شیاف قابض (جو خون کو بند کرتا ہے)

پھول انار، پھول گلاب ہر ایک چھ ماشہ، کندر، کہربا ہر ایک تین ماشہ، سب کو باریک پیس کر اور جوشاندہ مازو میں گوندھ کر بتیاں بنا کر ایک بتی یونی (دھیل) میں رکھیں اور کھانے کے لیے مندرجہ ذیل نسخہ جات میں سے کسی ایک کا استعمال

کریں۔

۱۔ گل ارمنی، دم الاخوان، کہربا، صدف سوختہ، سنگ جراحت ہر ایک ایک ماشہ، باریک پیس کر پہلے کھلائیں اور اوپر سے شیرہ جڑ انجبار چار ماشہ، عرق گلاب دو تولہ، عرق گاؤزبان دو تولہ میں نکال کر تخم بارتنگ چھ ماشہ چھڑک کر پلائیں۔

۲۔ گیرو سنگ جراحت ہر ایک ایک ماشہ، دونوں کو پیس کر پہلے کھالیں، اوپر سے شیرہ حب الآس، شیرہ بیخ خرفہ سیاہ، شیرہ بیخ انجبار ہر ایک تین ماشہ، عرق گاؤزبان دو تولہ میں نکال کر تخم بارتنگ چھ ماشہ چھڑک کر پلائیں۔

غذا و پرہیز

مریضہ کو آرام سے لٹائیں اور گرم چیزوں سے پرہیز کریں۔

بندش نفاس

تعریف مرض

اس مرض میں بچہ جننے کے بعد خون نفاس نہیں نکلتا اور عورت کو کئی قسم کی تکالیف ہو جاتی ہیں۔ اگر کمزوری کی وجہ سے خون نفاس نہ آئے تو خطرہ نہیں ہے۔

وجوہات

بچہ دانی میں خون کے تھکے پھنس جاتے ہیں، جس سے نفاس نہیں آتا۔

علامات

رطوبتیں خارج نہ ہونے سے زچہ کو برسوت کا بخار ہو جاتا ہے، رحم ویٹرہ

میں سوجن ہو جاتی ہے، سارے جسم میں دردیں ہوتی ہیں، کبھی بے ہوشی ہو جاتی ہے، مرض کی زیادتی کی حالت میں بچہ دانی کا درد، خفقان، جنون و تشنیج کی علامات پیدا ہو جاتی ہیں۔

علاج

کپاس کے ڈوڈے تین تولہ، عرق مکو بارہ تولہ میں جوش دے کر اور صاف کر کے چند روز پلائیں یا بانس کی گرہیں تین عدد عرق مکو دس تولہ میں جوش دے کر صاف کر کے پلائیں یا چھلکا املتاس ایک تولہ کا جوشاندہ دیں، مندرجہ ذیل نسخہ جات اس مرض کا موثر علاج ہیں۔

۱۔ بیج کرنس، سونف، پرسیاؤشاں، شکطرح مشیع ہر ایک ساڑھے تین ماشہ صاف پانی میں جوش دے کر صاف کر کے چینی دو تولہ ملا کر پلائیں۔

۲۔ اگر بندشِ نفاس کے ساتھ بخار اور ورم رحم و سوجن وغیرہ ہو تو یہ نسخہ دیں، بیج خطمی، سونف، عنب الثعلب، ملٹھی چھلی ہوئی، بیج خربزہ ہر ایک پانچ ماشہ پانی میں جوش دے کر پلائیں۔

غذا و پرہیز

بجائے پانی کے عرق مکو پلائیں اور صحت درست ہونے تک مونگ کی نرم کھچڑی دن کو دیں، رات کو یخنی بغیر گھی کے دیں۔ دیر ہضم غذاؤں سے پرہیز کریں۔

پرسوت کا بخار

تعریف مرض

یہ چھوت دار بخار بچہ پیدا ہونے کے تین روز بعد عام طور پر ہو جاتا ہے۔

وجوہات

بچہ کی ولادت کے بعد آنول کا پورے طور پر خارج نہ ہونا، نفاس کا بند ہو جانا، رحم یا اندام نہانی میں آنول کے ٹکڑوں یا خون کے لوتھڑوں کا پھنس کر متعفن ہو جانا، جنین کا مردہ ہو کر بچہ دانی کے اندر متعفن ہو جانا، وضع حمل کے وقت بچہ دانی کی بناوٹ میں خراش آ جانا، دایہ کے ہاتھوں یا اس کے اوزاروں سے کسی متعدی مرض کی چھوت کا لگ جانا یا دیگر زہریلے اثرات کا خون میں سرایت کر جانا اس کے اسباب ہوتے ہیں۔

علامات

یکے بعد دیگرے بخار اور بچہ دانی کے مقام پر درد ہوتا ہے، پچھاتیوں میں دودھ کی پیدائش رک جاتی ہے۔ بے چینی، سر درد اور کمزوری معلوم ہوتی ہے۔ مرض کی شدت کی صورت میں بے ہوشی و ہذیان ہو جاتا ہے۔ جو مریضہ کے لیے خطرناک ہوتا ہے نبض بہت تیز چلتی ہے، پیٹ پھول جاتا ہے، نفاس بند ہو جاتا ہے یا کم مقدار میں خارج ہوتا ہے، جس سے بدبو معلوم ہوتی ہے۔

حفظ ما تقدم

چونکہ یہ ایک نہایت متعدی اور چھوت دار مرض ہے۔ اس لیے ہر حاملہ

اور دایہ کا جو زچہ کے پاس جائے، فرض ہے کہ جب اس مرض کی مریضہ کا علاج کیا جائے تو وہ دوسری تندرست زچہ کے پاس نہ جائیں یا پہلے اپنے ہاتھوں کو دافع السرایت محلولوں سے صاف کر کے خوب نہا دھو کر اور صاف دھلے ہوئے دوسرے کپڑے پہن کر جائیں علاوہ ازیں سرخ بادہ، سرخ بخار، خناق وغیرہ کے مریضوں کے پاس سے ہو کر ان کے دوشوں کا ملاحظہ کر کے بھی زچہ کے پاس جانے سے گریز کریں، کیونکہ ان امراض کی چھوت سے بھی زچہ کو پرسوت کا بخار ہو سکتا ہے۔

یونانی علاج

اصل سبب دریافت کر کے اس کے مطابق علاج کریں۔ اگر نفاس بند ہو گیا ہو تو اس کو جاری رکھنے کی کوشش کریں۔ اس کے لیے تخم خطمی، اسرو نفتہ، عنب الثعلب، ملٹھی چھلی ہوئی، چھلکا جڑ کپاس، بیج خربوزہ ہر ایک چھ ماشہ، ان سب ادویات کو ڈیڑھ پاؤ پانی میں جوش دیں اور مل چھان کر اس میں خمیرہ بنفشہ دو تولہ ملا کر اور صاف کر کے پلائیں، تقویت کے لیے خمیرہ گاؤ زبان دیں یا مشک طرح مشیع ایک تولہ، چھلکا املتاس ۹ ماشہ، پوست خربوزہ ہو پرسیاؤشاں ہر ایک سات ماشہ، سب کو تین پاؤ پانی میں جوش دیں جب تہائی رہ جائے تو صاف کر کے موسم سرما میں گڑ چار تولہ ملا کر اور موسم گرما میں شربت بزوری دو تولہ ملا کر تین روز تک بجائے آب دانہ کے تھوڑا تھوڑا پلاتے رہیں۔ اس سے بند نفاس جاری ہو جاتا ہے۔

تدابیر پرہیز

دیر ہضم اغذیہ سے پرہیز کریں، مونگ کی دال، دلیا وغیرہ دیں۔ دودھ و آش جو کا استعمال مفید ہے، جب پرسوت کا بخار شروع ہو تو بچے کو زچہ کا دودھ پلانا بند کر دینا چاہیئے۔

امراض زچہ کے لئے منتخب نسخہ جات

پیچش زچہ

لعاب ریشہ خطمی چار ماشہ، عرق عنب الثعلب ایک تولہ میں شربت بزوری تین تولہ، چہار تخم ایک تولہ ملا کر پلائیں اور بطرز پیچش کے علاج کریں۔

دودھ کا بخار

زچہ کو ولادت کے چھ سات گھنٹے بعد بچے کو دودھ پلانے سے یہ عارضہ نہیں ہوتا پھر بھی چھاتیوں میں تناؤ زیادہ ہو تو بذریعہ بریسٹ پمپ نکال دینا چاہیئے۔ بخار کی صورت میں ہلکے ملینات پلا کر زچہ کی قبض کشائی کی جائے اس سے چھاتیوں کا تناؤ کم ہو جاتا ہے۔ بطور دوا بیج خربزہ چھ ماشہ، عناب پانچ دانہ، مویز منقی ۹ دانہ خاکسی ۵ ماشہ، عرق سونف وعرق مکو ہر ایک ۹ تولہ میں جوش دے کر صاف کر کے پلا دیں۔

دودھ کی زیادتی

بعض دفعہ زچہ کی چھاتیوں میں زیادہ دودھ اترآتا ہے اور بچے کی خوراک سے زیادہ ہوتا ہے اگر اس کی تدبیر نہ کی جائے تو ورم کی صورت میں نمودار ہوتا ہے۔

دودھ کم کرنے کے لیے مندرجہ ذیل ادویات نہایت مفید ہیں۔

۱۔ مسور کو سرکہ میں پکا کر یا زیرہ سیاہ کو سرکہ میں پیس کر چھاتیوں پر لیپ کریں۔

۲۔ گندم کا آٹا، یا خلا کا آٹا، تلوں کے تیل اور پانی کی مدد سے گاڑھا لیپ بنا کر چھاتیوں پر لگائیں۔

۳۔ سونف، تخم خربزہ، خار خسک، تخم خیارین، حب کا کنج ہر ایک چھ ماشہ کو پانی میں پیس کر چھان لیں اور شربت بزوری تین تولہ ملا کر صبح اور شام پلائیں۔

دودھ کی کمی

بعض اوقات زچہ کے پستانوں میں دودھ کی اس قدر کمی ہوتی ہے کہ بچے کے لیے کافی نہیں ہوتا، دودھ کو بڑھانے کے لیے زچہ کو عمدہ اور مقوی غذا کھلائیں۔ خاص طور پر دودھ، مکھن، بالائی، میوہ جات، گیہوں کا دلیہ وغیرہ دیں۔

یونانی علاج میں مندرجہ ذیل نسخے اس مرض کا موثر علاج ہیں۔

۱۔ ارنڈ کے پتوں کو چھاتیوں پر باندھیں یا ارنڈ کا تیل (کیسٹر آئل) کی چھاتیوں پر مالش کریں یا ارنڈ کے پتوں کی بھجیا پکا کر گرم گرم پستانوں پر باندھیں، یا روغن زیتون کی چھاتیوں پر مالش کریں۔ نہایت مفید ہے۔

۲۔ ارنڈ کے پتوں کو جوش دے کر اور اس میں صاف کپڑا بھگو کر پستانوں پر اس کی ٹکور کریں، دودھ بڑھ جائے گا۔

۳۔ ستاور مناسب مقدار میں دودھ گائے میں جوش دے کر چینی ملا کر پلائیں۔

۴۔ تودری سرخ ۹ ماشہ ہمراہ دودھ گائے نیم گرم دیں۔

۵۔ ستاور ½ تولہ، سونف ½ تولہ؛ سفوف بنائیں، یہ سفوف پہلے کھلائیں۔ اوپر سے نخود تین تولہ ایک پاؤ دودھ گائے میں بھگو کر صاف کر کے یہ دودھ پلائیں۔

۶۔ زیرہ سفید برابر چینی ملا کر ایک تولہ کی مقدار میں پانی سے کھلائیں۔

پیدائش وافزائش دودھ کے لیے زچہ کو سیال اغذیہ دیں۔ آش جو، یخنی، پھلوں کا پانی وغیرہ دیں۔

ٹانگ کا سفید ورم

اس مرض میں زچہ کی ٹانگ پر ورم آجاتا ہے، جس کی رنگت عام طور پر سفید ہوتی ہے اگر ورم کو دبایا جائے تو اس میں گڑھا نہیں پڑتا۔ یہ عارضہ جب رحم سے جریان خون ہوتا ہے اور اس کا متعفن مادہ خون میں سرایت کر جاتا ہے تو وریدوں میں خون منجمد ہو کر اس جگہ کا دوران خون رک جاتا ہے۔

یہ عارضہ ولادت سے دو ہفتہ بعد اکثر زچہ کی بائیں ٹانگ اور کبھی دونوں ٹانگوں پر نمودار ہوتا ہے ٹانگ اور پاؤں میں شدید درد ہوتا ہے جو عام طور پر سرین کے نیچے سے شروع ہو کر اوپر کو بھی پھیلتا ہے۔ مریضہ کو سردی سے بخار ہوتا ہے، جس سے سخت بے چینی ہوتی ہے، ڈاکٹری میں اس کو "وائٹ لیگ" کہتے ہیں۔ پندرہ بیس روز بعد تکلیف میں کمی ہو جاتی ہے، پاؤں میں سختی کافی عرصہ تک رہتی ہے۔ زچہ کو کامل آرام وسکون سے لٹائے رکھیں، پاؤں کو تکیہ سے اونچا رکھیں اور جوشاندہ پوست خشخاش اور گل ٹیسو سے مقام ماؤف پر سینک کریں، جوشاندہ میں فلالین کے ٹکڑے بھگو کر مقام ورم پر رکھیں اور موم جامہ لپیٹیں۔

تشنج زچہ

کبھی دوران حمل یا زچگی کے زمانہ میں مرگی کی طرح تشنج ہونے لگتا ہے۔

یہ عارضہ وضع حمل میں بے احتیاطی کرنے سے پیدا ہوتا ہے۔ کیونکہ رطوبات فاسدہ بچہ دانی میں رہ کر تعفن پیدا کردیتی ہیں اور اس تعفن کا زہریلا مادہ خون میں جذب ہو کر تشنج کا موجب ہوتا ہے۔ کبھی امراض گردہ کی وجہ سے جب گردے کمزور ہو جاتے ہیں اور وہ خون کے زہریلے مواد کو براستہ پیشاب خارج نہیں کر سکتے تو وہ زہریلا مادہ خون میں مل کر تشنج کا سبب بنتا ہے۔ جدید تحقیقات کے مطابق البومن نوریا (بول زلالی)، انیمیا (فقر الدم) سے یہ عارضہ پیدا ہو جاتا ہے۔

شروع میں سر درد ہوتا ہے اور چکر آتے ہیں آنکھوں کے آگے اندھیرا چھا جاتا ہے، ہاتھ پاؤں پر آماس ظاہر ہوتا ہے، چہرہ اور جسم کے دوسرے عضلات میں لگاتار تشنج ہونے لگتا ہے، منہ سے جھاگ نکلتی ہے اور پیشاب و پاخانہ بلا ارادہ خارج ہوتا ہے، پسینہ سے بدن شرابور ہو جاتا ہے، مرض کی زیادتی کی صورت میں مریضہ کو کسی بڑے ہسپتال میں بھجوائیں۔

یونانی علاج میں بیرونی طور پر روغن قسط، روغن زعفران کی پشت و گردن کے مہروں پر نیم گرم مالش کریں یا زعفران (کیسر) ایک ماشہ، کستوری دو رتی کو روغن بید یا بادام دو رتی میں حل کر کے ملیں اور جاتفل سالم منہ میں رکھ کر اس کا عرق چوسیں، اور کھانے کے لیے حیض و نفاس کو جاری کرنے والی دوائیں دیں، اس سلسلہ میں جاوہ شیر دو سے چار ماشہ پیس کر شہد میں ملا کر چٹائیں یا شربت بزوری دو تولہ ہمراہ عرق سونف دس تولہ دیں۔

جنونِ زچہ (زچہ کی دیوانگی)

کبھی ایسا جنون حمل کے دنوں میں خاص طور پر حمل کے ابتدائی تین ماہ کے آخر یا چوتھے ماہ کے شروع میں عام ہوا کرتا ہے اور کبھی پیدائش کے تھوڑے عرصہ کے بعد اور کبھی دودھ پلانے کے زمانہ میں ہوا کرتا ہے۔ اس سلسلہ میں دھیان رہے کہ بچہ کی پیدائش یا دودھ پلانے کے زمانہ میں جو جنون ہوتا ہے، اس کے اسباب تو عام طور پر وہی ہوا کرتے ہیں جو اوپر لکھے جا چکے ہیں لیکن کبھی زچہ کا جریان خون یا مرض بول زلالی یا عرصہ تک بچے کو دودھ پلاتے رہنا بھی اس مرض کے اسباب ہوا کرتے ہیں۔

جب حمل کے دنوں میں یہ مرض ہو تو حاملہ ہمیشہ غمگین رہتی ہے جب بچہ پیدا ہونے کے بعد دو ہفتے کے اندر یہ مرض ہو تو شدید قسم کا ہوا کرتا ہے جس سے مریضہ نہایت جذبہ اور جوش میں بے ہودہ بکواس اور ڈراؤنی حرکات کرنے لگ جاتی ہے، نیند نہیں آتی بے چینی ہوتی ہے کبھی دیوانگی اس قدر ہوتی ہے کہ اپنے آپ کو اور کبھی بچے کو نقصان پہنچاتی ہے۔

یونانی علاج

نیند لانے کے لیے روغن کاہو، روغن خشخاش، روغن کدو، شیر دختران ہموزن ملا کر کپڑا تر کر کے ہر وقت سر پر رکھیں اور نسخہ کاہو، بیج کاسنی، بیج خشخاش سفید، دھنیا، مغز بیج کھیرا، بیج مغز کدو ہر ایک تین ماشہ، مغز بادام سات دانہ، سب کو پیس کر شیرہ نکالیں اور شربت بنفشہ تین تولہ ملا کر صبح و شام پلائیں، تقویت کے لیے مفرح عنبری یا مفرح یاقوتی کا استعمال کریں۔

ورم پستان

پستان میں ورم آجاتا ہے۔ اگر مناسب علاج نہ کیا جائے تو پھوڑا بن جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں جمع شدہ دودھ بریسٹ پمپ سے نکال دیں۔ ورم کو تحلیل کرنے کے لیے آیوڈیکس کی مالش کریں۔

یونانی طریقہ علاج میں نوشادر چار ماشہ لے کر آدھ سیر جوشاندہ پوست میں حل کر کے رکھ دیں اور اس میں کپڑا تر کر کے پستان پر رکھیں۔ جب خشک ہو جائے، پھر تر کریں یا مصبر زرد ایک تولہ، گوگل چھ ماشہ، میدہ گندم ایک تولہ سب ادویہ کو جوشاندہ پوست خشخاش میں پیس کر ضماد کریں۔

بھٹنی کا زخم

اگر سر پستان کو صاف نہ رکھا جائے تو اس پر میل اور دودھ جم کر خراش پیدا کر دیتی ہے یا اس کا سر پھٹ جاتا ہے جس سے زخم ہو کر باعث تکلیف ہوتا ہے۔ بطور حفظ ما تقدم بچہ کو دودھ پلانے کے بعد پستان کی بھٹنی کو صاف کریں اور ہر روز ایک دو دفعہ چھاتیوں کو گرم پانی سے دھوتے رہیں۔

اگر بھٹنی میں زخم پیدا ہو جائیں تو زخم کو جوشاندہ برگ نیم سے دھو کر یہ دوا استعمال کریں۔

پھٹکڑی تین رتی، گوند کیکر تین ماشہ باریک پیس کر زخم پر چھڑکیں یا مرہم جست لگائیں۔

چھاتیوں کا چھوٹا ہونا

یہ عارضہ جنسی غدودوں کی کمزوری سے پیدا ہوتا ہے، جس سے چھاتیوں

کی بڑھوتری میں کمی رہ جاتی ہے۔ چھاتیاں بالکل سکڑی ہوئی ہوتی ہیں، اور بعض عورتوں میں تو پستان بالکل نظر ہی نہیں آتے جس سے ان کی خوبصورتی ختم ہو جاتی ہے۔ اس مرض کے لیے خصیۃ الرحم (اووریز) کے ہارمون استعمال کیے جائیں۔

چھاتیوں کا بڑا ہونا

اس مرض میں عورت کے پستان معمول کی نسبت ڈھیلے ہوجاتے ہیں۔ یہ عارضہ پستانوں کو زور سے کھینچنے، زیادہ نہانے، ورزش نہ کرنے سے ہوجاتا ہے۔ اس مرض میں تمام جسم موٹا اور ڈھیلا ہو جاتا ہے۔

دیسی طریقہ علاج میں مندرجہ ذیل مجربات اس مرض کا موثر علاج ہیں۔

۱۔ برگد درخت کی داڑھی کے نازک سرے جو سرخ اور زرد رنگ کے ہوتے ہیں، پانی میں پیس کر چھاتیوں پر لیپ کریں۔

۲۔ چھاتیوں پر چست انگیا پہننا بھی مفید ہے۔

۳۔ آم کے پھل جو بقدر نخود ہوتے ہیں، پھلی ببول جو چھوٹی ہو، مغز بیج تمر ہندی، چھلکا انار، سب ادویہ کو سایہ میں خشک کر کے باریک پیسیں، اور یہ سفوف چھ ماشہ لے کر آدھ پاؤ گھی گائے و چینی ہم وزن ملا کر چالیس دن کھائیں، پستان باکرہ کی طرح ہو جاتے ہیں۔

۴۔ پھل آم چھوٹے، پھلی ببول کچی، مازو سبز، چینی برابر لے کر سفوف بنائیں اور بقدر ایک تولہ روز کھائیں۔

۵۔ بعض عورتیں صرف ایک مرتبہ بچہ پیدا ہونے سے چھاتی کی خوبصورتی کھو

بیٹھتی ہیں، درج ذیل روغن نرم، لٹکی ہوئی بدشکل چھاتیوں کو اصلی حالت میں لاتا ہے۔

درخت انار کے پھول، پتے، کچے پھل اور چھلکا: چاروں کو نیم کوب کر کے ایک دن رات پانی میں بھگو رکھیں، اس کے بعد جوش دے کر صاف کر کے اس کے چہارم حصہ کے برابر تلوں کا تیل شامل کر کے جوش دیں، یہاں تک کہ پانی جل جائے اور تیل باقی رہ جائے، تھوڑا سا تیل سوتے وقت آہستہ آہستہ پستانوں پر مالش کریں اور چست انگیہ پہن لیا کریں۔

نوٹ۔ اگر کوئی اندرونی بیماری صحت کو دیمک کی طرح چاٹنے والی ہو تو خارجی تدبیر بے کار ثابت ہوگی۔ یاد رکھیں۔ اصل مرض کا علاج ضروری ہے۔ تندرستی کی حالت میں یہ تیل چالیس دن تک متواتر استعمال کیا جائے اور چھاتیاں انگیہ سے کس کر رکھی جائیں۔

۶۔ مازو سبز، پھول انار، چھلکا انار، پھٹکڑی سفید، جفت بلوط، اقاقیہ ہر ایک چھ ماشہ، سرکہ انگوری میں پیس کر چھاتیوں پر ضماد کریں۔

۷۔ جو عورتیں شرمائیں، چھلکا انار باریک پیس کر دودھ میں ملا کر پستانوں پر لیپ کرائیں اور چست انگیہ پہنائیں۔

۸۔ پھول انار ایک تولہ، چھلکا انار ایک تولہ، چھلکا کیکر ایک تولہ، چھلکا جامن ایک تولہ، تمام ادویہ کو تین پاؤ پانی میں بھگو کر رکھیں۔ صبح تلوں کے تیل بیس تولہ میں پکائیں۔ پانی جل جانے پر تیل محفوظ رکھیں، بوقت ضرورت پستانوں پر ملیں، اس سے پستان سخت ہو کر اصلی حالت پر آجائیں گے، بطور حفظ

ماتقدم بچہ کو لیٹ کر یا گود میں اٹھا کر دودھ نہیں پلانا چاہیئے۔ ہاتھوں پر اٹھا کر بچے کے منہ کو چھاتی کے پاس لے جاؤ نہ کہ چھاتی کو بچہ کے منہ کے پاس۔ علاوہ ازیں بچہ کا دودھ مناسب وقت پر چھڑا دینا بھی ضروری ہے ایسا لباس پہننا چاہیئے جس سے پستانوں کو سہارا ملے۔

حاملہ عورت و بچوں کو ٹیکے کب لگوائیں

عمر	ویکسین	مرض
حاملہ عورت ۱۶ ہفتے - ۳۶ ہفتے	ٹی ٹی ماں اور بچے دونوں کو تحفظ دیتا ہے۔	۲۔ ٹے ٹے نس
شیر خوار بچے ۱۳ ماہ - ۹ ماہ	ڈی، پی، ٹی	۳۔ ڈپتھیریا، کالی کھانسی، ٹیٹنس
" " " "	پولیو	۳۔ پولیو
" " " "	بی، سی، جی	۱۔ تپ دق
شیر خوار بچے ۹ ماہ - ۱۲ ماہ	خسرہ	۱۔ خسرہ
" ۱۹ " ۲۴ "	ڈی - پی	۱۔ بوسٹر
" " "	پولیو	۱۔ بوسٹر

نوٹ :۔ ایک ڈوز اگر پیشتر ازیں دیا گیا ہو۔ دو ڈوزوں کے درمیان کم از کم ایک ماہ کا وقفہ ہونا چاہیئے۔ معمولی زکام، کھانسی، اسہال کے دوران بھی ٹیکہ دے دیا جاتا ہے۔ بہت زیادہ تکلیف میں ٹیکہ نہیں دینا چاہیئے۔

بچہ دانی و یونی کی بیماریاں

سفید پانی آنا، لیکوریا

تعریف مرض

اس مرض میں عورت کی اندام نہانی سے سفید زردی مائل رطوبت خارج ہوتی ہے، جس میں کبھی بدبو بھی ہوتی ہے اور فی زمانہ مہیلی آلائش کی شکایت لگ بھگ پچاس فیصدی عورتوں میں پائی جاتی ہے۔

وجوہات

چھوٹی عمر میں حمل قرار پانے، جنرل کمزوری، کمی خون، ورم رحم، کثرت ملاپ زنانہ سوزاک، آتشک، بندش ایام، غم وغصہ، خوف وہراس وغیرہ سے بھی یہ عارضہ ہو جاتا ہے۔

اخراج رطوبت کے لحاظ سے یہ مرض پانچ قسم کا ہو سکتا ہے۔

۱۔ یونی کے بیرونی حصہ سے رطوبت خارج ہوتی ہو۔

۲۔ یونی کے اندرونی حصہ سے رطوبت کا اخراج ہوتا ہو۔

۳۔ بچہ دانی کی گردن سے رطوبت نکلتی ہو۔

۴۔ بچہ دانی کے اندرونی حصہ سے سیلان ہوتا ہو۔

۵۔ نفرین سے رطوبت آتی ہو۔

علامات

بیرونی طور پر یونی میں خارش ہوتی ہے اور اس سے سفید زردی مائل رطوبت نکلتی ہے، کمر میں درد ہوتا ہے۔ پیٹرو میں بوجھ اور درد کی شکایت محسوس ہوتی ہے۔ ماہواری میں تکلیف ہوتی ہے۔ کام کاج کو جی نہیں چاہتا اور مرض کی موجودگی میں حمل نہیں ٹھہرتا، پانچ اقسام کے سبب سے علامات درج ذیل ہوتی ہیں۔

۱۔ پہلی قسم کا مرض نوجوان عورتوں کو ہوتا ہے چنانچہ اس قسم کی مریضہ عورتوں کی یونی کے بیرونی حصہ سے ایک لیس دار لیسدار رطوبت نکلتی ہے جس سے یونی کے ہونٹ آپس میں چپک جاتے ہیں، جب رطوبت زیادہ مقدار میں نکلتی ہے تو اس کے بیرونی حصہ میں جمع ہو کر جم جاتی ہے۔

۲۔ دوسری قسم کی بیماری میں اکثر بچی دلہنیں مبتلا ہوتی ہیں۔ چنانچہ ان کی اندام نہانی میں خراش اور سوزش محسوس ہوتی ہے اور اس سے سفیدی مائل رطوبت خارج ہوتی ہے، اگر یہ رطوبت زیادہ خارج ہو تو زخم یا سرطان ہو جانے کا ڈر ہوتا ہے، بوڑھی عورتوں میں پنیر کی طرح اگر رطوبت خارج ہوتی ہو تو اس کے علاج کی ضرورت نہیں ہوتی کیونکہ اس عمر میں ایسی رطوبت کا اخراج ایک معمولی امر ہے، البتہ زردی مائل رطوبت کا علاج ضروری ہے۔

۳۔ تیسری قسم میں ایسی عورتیں مبتلائے مرض ہوتی ہیں جو دو تین بچے پیدا کر چکی ہوں، اس قسم کے مرض میں انڈے کی سفیدی کی طرح لیسدار اور ترش رطوبت اندام نہانی سے نکلتی ہے، جس میں بعض دفعہ خون یا پیپ کی ملاوٹ کے باعث لالی یا زردی ہوتی ہے، اس قسم کا مرض اکثر زنانہ سوزاک کی وجہ

سے ہوتا ہے۔

۴۔ چوتھی قسم کا مرض ان بیاہتا نوجوان لڑکیوں، نئی دلہنوں یا ان عورتوں کو ہوتا ہے جن کا زمانہ حیض ختم ہونے والا ہو، اس مرض میں بچہ دانی سے نکلنے والی رطوبت انڈے کی طرح ہوتی ہے، مگر اس میں گاڑھا پن نہیں ہوتا۔ اگر مرض پرانا ہو تو اس کی رنگت شوخ پیلا پن لئے ہوتی ہے۔

۵۔ پانچویں قسم کا مرض چوتھی قسم سے ملتا جلتا ہوتا ہے۔

یونانی علاج

پھٹکڑی بریاں، مازو بریاں ہر ایک دو ماشہ، کتھہ سفید چار ماشہ، صاف پانی تین پاؤ میں جوش دے کر چھان کر اس سے اندام نہانی کو دھوئیں یا اقاقیہ، پھول انار، سک (چھلکا) انار، مازو سبز ہر ایک سات ماشہ، پھٹکڑی، سنبل الطیب ہر ایک تین ماشہ، سب ادویہ کو باریک پیس کر پھر ایک صاف اور ملائم کپڑے کو پانی میں تر کر کے نچوڑ کر اور دوائے باریک سفوف سے تر کر کے اندام نہانی میں رکھیں۔ مندرجہ ذیل مجربات اس مرض کا موثر علاج ہیں۔

سفوف سیلان

ستاور، کندر، چنیا گوند، مصطگی رومی، ثعلب مصری، الائچی خورد، پھول سپاری، تج، طباشیر، موصلی سفید، سنگجراحت، لودھ پٹھانی ہر ایک تین ماشہ چینی سفید برابر سفوف بنائیں اور خوراک ۹ ماشہ صبح و شام ہمراہ دودھ گائے نیم گرم سے استعمال کریں۔

دیگر

مصطگی رومی، چنیا گوند، پھول دھاوا، چھنت بلوط، کمرکس، مائیں خورد، مازو سبز، تج، کندر ہر ایک ایک تولہ، چینی کے سب برابر سفوف بنائیں۔

خوراک ۹ ماشہ صبح وشام ہمراہ دودھ کھلائیں۔

دیگر

پھول سپاری، پھول پستہ، گوند ڈھاک ہر ایک چار تولہ، مصریالی، آسگندھ ناگوری، اندرجو شیریں، ہر ایک دو تولہ، کشتہ قلعی، کشتہ مرجان ہر ایک تین ماشہ، کشتہ عقیق اڑھائی ماشہ، چینی آٹھ تولہ، کوٹ چھان کر سفوف بنائیں، خوراک ایک سے دو ماشہ ہمراہ دودھ گائے دیں۔ یہ سیلان الرحم کے لیے مفید ہونے کے علاوہ محافظ حمل بھی ہے۔

دیگر

سپاری چکنی دکنی دس تولہ کوٹ کر دو سیر گائے کے دودھ میں ڈال کر آگ پر پکا دیں، پھر اس میں مائیں خورد پانچ تولہ، مائیں کلاں پانچ تولہ، کمرکس پانچ تولہ مصری دس تولہ، سفوف کر کے ملائیں، سرد ہونے پر اتار لیں اور چھ ماشہ صبح وشام نیم گرم دودھ سے دیں۔ دو ہفتہ میں آرام آ جائے گا۔

دیگر

سپاری ایک تولہ، مغز جامن، موچرس، گوند ڈھاک، مائیں خورد، گل دھاوا گل انار، پھٹکڑی ہر ایک ایک تولہ، اقاقیا تین ماشہ، ماجو دو تولہ، سفوف تیار کریں، قبل از . . . . . باہر سے استعمال کرائیں۔ یہ دوائی صرف باہر سے ایک چٹکی

استعمال کریں۔

سپاری دکنی پانچ تولہ، سونٹھ تین تولہ، دونوں کو کوٹ کر ایک سیر دودھ میں جوش دیں، جب دودھ کا کھویا بن جائے، تو اس کو گھی میں بھونیں، اس کے بعد گیہوں کا آٹا ایک پاؤ، سنگھاڑے کا آٹا دس تولے، گلے کے گھی میں بھونیں، پھر سب کو چینی سفید آدھ سیر کے قوام میں ملا کر حلوا بنائیں، آخر میں مائیں خورد، مائیں کلاں، پھول سپاری، گوند ڈھاک، گوند کیکر، تال مکھانہ، گل دھاوا، بیج بند، مغز تخم املی ہر ایک دو تولہ، مازو سبز دو عدد، جائفل، جاوتری، لونگ، زعفران ہر ایک چار ماشہ کو کوٹ چھان کر شامل کریں۔ عورتوں کے سیلان کے لیے مفید ہے۔ خوراک دو تولہ، یہ حلوا بنا کر صبح نہار منہ کھا کر اوپر سے ایک پاؤ نیم گرم دودھ پئیں۔

معجون موچرس

رطوبت کو جذب کرتی ہے اور سیلان میں مستعمل ہے، موچرس، سپاری طباشیر، نشاستہ، مازو سبز، گل سرخ، حب آلاس، ہلیلہ، بلیلہ، آملہ، گل مختوم، موصلی سیاہ، موصلی سفید ہر ایک چھ ماشہ، چھلکا انار ۹ ماشہ، آب بہی، آب انار ترش ہر ایک سوا دو تولہ، چینی سفید اور شہد خالص دواؤں کے وزن سے تین گنا لے کر قوام بنائیں اور دواؤں کو کوٹ چھان کر اس میں ملا دیں۔

خوراک ایک تولہ صبح کو پانی یا دودھ کے ساتھ کھائیں، بعض اطباء آب بہی اور آب انار کی بجائے رب بہی اور رب انار ملا کر یہ معجون بناتے ہیں۔

دیگر

سیپ جلی ہوئی سفوف بنالیں ۱/۲ دھا سے ایک گرام دودھ کے ساتھ دن میں دو بار دیں۔

غذا و پرہیز

زود ہضم و مقوی غذائیں دیں، دودھ، دال مونگ، شوربہ، چپاتی ساگودانہ مونگ کی کھچڑی، پالک وغیرہ دیں، گرم اشیاء، تیل، ترشی، رنج والم، طلاپ اور دھوپ میں پھرنے اور محنت و مشقت سے پرہیز کرائیں۔

بانجھ پن (اچھا اولاد کی آرزو)

تعریف مرض

اس مرض میں عورت کو حمل نہیں ٹھہرتا اور اولاد نہیں ہوتی۔

اقسام

دو قسمیں ہیں (۱) خلقی یا پیدائشی ۔ ۲۔ غیر خلقی یا مرضی

وجوہات ۔ (خلقی پیدائشی)

زنانہ اعضائے تناسل رحم، رحم و خصیۃ الرحم کے پیدائشی نقصانات مثلاً بچہ دانی کا نہ ہونا یا چھوٹا ہونا، رحم (بچہ دانی) کا منہ یا گردن رحم کا مسدود ہونا، خصیۃ الرحم کا ناقص ہونا، پردہ بکارت کا سوراخ بند ہونا، تناذت نالیوں کا نقصان یا سوراخ بند ہونا، اندام نہانی کا مسدود یا تنگ ہونا، جہبل (دہیانا) کی رسولیاں۔

غیر خلقی نقائص

امراض رحم، سیلان الرحم، سیلان، انقلاب رحم، سرطان رحم، رحم کی سوزش
رحم کے زخم، رحم کی بواسیر، استسقاء رحم، تقاذف نالیون (فلوپین ٹیوبز) اور خصیۃ الرحم کے امراض کمی
خون، موٹاپا، عام کمزوری، کثرت ملاپ، بڑھاپا، شراب، کوکین وافیون کا استعمال
بندش حیض اور کبھی اندام نہانی کی رطوبت مذکورہ زیادہ ترش یا کھاری ہو، تو ویرج کے
کیڑے اس میں زندہ نہیں رہ سکتے، مرض آتشک یا سوزاک خاص طور پر اس
بیماری کا سبب ہوا کرتے ہیں۔

علامات

امراض مذکورہ بالا میں کسی نہ کسی مرض کا پایا جانا، مزاج کی سردی، اور بلغم کی زیادتی
میں عورت کا جسم چھونے سے سرد معلوم ہوتا ہے، بدن کی رنگت [illegible] سفید ہو جاتی
ہے۔ رحم سے رطوبت جاری رہتی ہے، ہر وقت سستی و کاہلی اور انگڑائیاں زیادہ
آتی ہیں، عورت کو حمل نہیں ٹھہرتا۔

تشخیص مرض

۱۔ مشتبہ عورت و مرد کا علیحدہ علیحدہ پیشاب کدو یا کاہو کے پودے کی جڑ میں ڈالیں۔
جس کے پیشاب سے پودا سوکھ جائے۔ اُسے مرض بانجھ پن کا باعث سمجھیں۔
کیونکہ اس سے ثابت ہوتا ہے کہ شدت حرارت نے اسے جلا دیا ہے۔ اس کا
علاج کیا جائے۔

۲۔ مرد اور عورت کی منی علیحدہ علیحدہ پانی میں ڈال کر دیکھیں، جس کی منی پانی میں
تیرنے لگے اور تہ نشین ہو۔ اس کو قصوروار تصور کرنا چاہیئے اور اس کا علاج

خصوصیت سے کرنا چاہیئے۔

۳۔ مرد کے تازہ حیوانات منویہ کا مائیکروسکوپ یا خوردبین سے معائنہ کیا جائے۔ اس سلسلہ میں مرد کو ہدایت کی جائے کہ پانچ چھ روز ملاپ سے پرہیز رکھے۔ اس کے بعد کسی دھلی ہوئی چوڑے منہ کی خشک شیشی میں منی نکال کر کسی ماہر علم الامراض (پیتھالوجسٹ) سے ایک دو گھنٹہ کے اندر امتحان کرائے منی نکالنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ اپنی عورت سے ملاپ کرنے کے بعد انزال ہونے سے پہلے جدا ہو جائے۔ فرنچ لیدر اس غرض کے لیے موزوں نہیں ہے۔

طبعی حالات میں اخراج شدہ ویرج کی مقدار چار پانچ سی سی ہوتی ہے اور اس میں تقریباً دس کروڑ سپرماٹوزا فی سی سی ہوتے ہیں، اگر ان میں بیس فیصدی تک کمی بیشی ہو تو کوئی حرج نہیں ہے، لیکن خون یا پیپ کی ملاوٹ نہیں ہونی چاہیئے۔ انزال کے بعد تین گھنٹے تک سپرماٹوزا میں دُمیں ہلا کر حرکت کرنے کی معمولی طاقت موجود رہتی ہے، اگر سیلان منی میں سپرماٹوزا (حیوانات منویہ) بالکل نہ ہوں تو مکمل مردانہ نقص ہے۔ یہ مرض شاذونادر ہوتا ہے۔

حیوانات منویہ کے کم یا ناقص الخلقت ہونے کا مرض آج کل عام ہے۔ اگر مرد و عورت جسمانی صحت کو بہتر بنانے کی کوشش کریں۔ کافی دیر تک سویا کریں، ایسی غذا کھائیں جس میں پروٹین زیادہ ہو اور عورت کو ہدایت کی جائے کہ ملاپ کے بعد دُوش نہ کرے، چھینک نہ لے، بلکہ ملاپ کے بعد چار گھنٹے تک کمر کے نیچے تکیہ رکھ کر لیٹی رہے تو صحتی و طبی نقطہ نظر سے یہ طریقہ بلادوا اولاد کی آرزو کا علاج

ثابت ہو سکتا ہے۔

یونانی علاج

اصل سبب کو دور کریں، عام کمزوری ہو تو وٹامن دانا اغذیہ وادویہ دیں۔
موٹاپے کی وجہ سے ہو تو روزہ رکھوائیں اور ورزش کرائیں۔ اگر مریضہ کے
صحت مند ہونے کے باوجود حمل نہیں ٹھہرتا تو مندرجہ ذیل معاون حمل مجربات میں
سے کسی ایک کا استعمال کرائیں۔

معاون اولاد کی آرزو

بیج شونگی رچاندنی بکش انیسون بھنگ، جائفل جاوتری، کستوری خالص،
برادہ ہاتھی دانت اصلی، لونگ، سپاری ہر ایک تین ماشہ پرانا گڑ ایک تولہ،
سب دوائیں تازہ اور اصلی لے کر کوٹ چھان کر چھوٹے چنے کے برابر گولیاں بنائیں
اوّل پہلے، ورنہ دوسرے حد تیسرے ماہ ضرور کامیاب ہوگی۔

دیگر

داڑھی درخت پیپل سفید، بیج شونگی رچاندنی بکش ایک ایک تولہ، سفوف بنا کر
خوراک ایک ماشہ ہمراہ دودھ گائے دیں۔

دیگر

موصلی سیاہ، موصلی سفید، گوکھرو، بیج اونٹنگن، چھلکا جڑ سنبل ہر ایک
دو تولہ، کوٹ پیس کر بعد فراغت ایام مرد و عورت ایک ایک تولہ ہمراہ دودھ گائے
پانچ دن کھاتے رہیں، اس کے بعد . . . . . کریں۔

دیگر

بچہ دانی کی جملہ خرابیوں کو درست کر کے اولاد کی آرزو پوری کرتی ہے، بشرطیکہ کوئی پیدائشی نقص نہ ہو اور ایام بے قاعدگی سے آتے ہوں۔

مشک دودتی، افیون، کیسر ہر ایک ایک ماشہ، جا نفل ایک عدد، بھنگ ۴ ۱/۲ ماشہ، چھالیہ تین عدد، لونگ چار عدد پرانا گڑ ۵ ماشہ۔

سب دواؤں کو کوٹ چھان کر گڑ ملا کر نخود کے برابر گولیاں بنائیں۔ خوراک ایک گولی صبح و شام ہمراہ دودھ یا معجون موچرس چھ ماشہ سے دیں اور ہر مہینے ہر ایام کے بعد سات دن کھلائیں۔

دیگر

گل دھاوا، گل نیلوفر، جڑ پیا بانسہ، جڑ آسگندھ، سب برابر وزن لے کر کوٹ چھان کر سفوف بنائیں۔ بعد فراغت ایام یہ سفوف ۹ ماشہ کی مقدار میں گائے کے دودھ کے ساتھ بلا ناغہ استعمال کریں۔

دیگر

داڑھی درخت برگد ڈیڑھ تولہ کو باریک پیس کر پانچ تولہ پیڑا کھویا میں ملائیں اور ایام سے فراغت ہونے کے بعد کھلائیں۔ اگر خواہش ہو تو کھانے کے لیے اور کھوئے کے پیڑے دیں، اس کے سوا اور کوئی غذا نہ دیں۔ رات کو ملاپ کرائیں اگر امید ہو جائے تو بہتر ورنہ ایام سے فراغت کے بعد دوسرے و تیسرے ماہ بھی عمل کریں۔

آسان تجربات

۱۔ ناگ کیسر اصلی باریک کر کے بعد غسل چار ماشہ سے چھ ماشہ تک ہمراہ دودھ گائے سات دن استعمال کریں۔ دودھ گائے میں گھی بھی شامل کر لیں۔

۲۔ ۔ ۔ ۔ ۔ ۔ کے وقت اپنی رانوں کی جڑ میں خوشبو لگائے اور کمر کے نیچے تکیہ رکھے تاکہ سر نیچا ہو۔ اس عمل کے ساتھ ساتھ رفیقۂ حیات کو اچھی طرح راغب کر لینا چاہیئے۔

۳۔ عورت بعد ملاپ لمبے لمبے سانس سے نطفہ اپنی طرف کھینچے اور کچھ دیر اسی طرح چت لیٹی رہے۔

۴۔ داڑھی درخت پیپل سفید ایک تولہ، بیج شونگی (چاندنی پکش) ایک تولہ سفوفاً خوراک ایک ماشہ ہمراہ دودھ دیں۔

۵۔ اسگندھ چھ ماشہ پیس کر مصری تین ماشہ ملا کر، گھی گائے ساڑھے تین ماشہ ملا کر شروع ایام سے ہر روز کھاتے رہیں، غذا دودھ خشکہ دیں۔ بعد ایام ۔ ۔ ۔ کریں۔ فائدہ ہوگا۔

۶۔ کائے پھل باریک پیس لیں۔ برابر چینی ملائیں اور چار سے چھ ماشہ کی مقدار میں تین دن استعمال کریں۔ غذا میں چاول استعمال کرائیں اور بعد ایام ۔ ۔ ۔ ۔ کرائیں۔

۷۔ برادہ ہاتھی دانت تین تولہ بعد ایام تین سے چار دن کھلائیں۔

۸۔ اسگندھ ناگوری چار ماشہ بعد ایام ایک ہفتہ دودھ سے دیں۔

۹۔ داڑھی درخت پیپل چھ ماشہ ہم وزن کھانڈ ملا کر دودھ سے دیں۔

جڑی بوٹیوں سے علاج

۱۔ آسگندھ ناگوری پانچ ماشہ کو گھی گلنے میں نرم آگ پر بریاں کریں، پھر اس میں دودھ اور مصری ملا کر ابالیں، جب قدرے گاڑھا ہو جائے تو اتار کر سرد کریں۔ ایام سے فارغ ہونے کے تیسرے دن بعد یہ مرکب بارہ دن تک ہر صبح عورت کو استعمال کرائیں، اس جوشاندہ میں صاف کیا ہوا گھی یار یوم متواتر پلانے سے آرزو پوری ہوگی۔

۲۔ برگد کی داڑھی سایہ میں خشک کر کے سفوف بنائیں اور برابر چینی ملا لیں۔ خوراک تین ماشہ صبح و تین ماشہ شام ہمراہ دودھ گلئے استعمال کریں اولاد کی آرزو اور سیلان کے لیے مفید ہے۔

۳۔ پیپل کی داڑھی ۲ تولہ، چینی سفید ۲ تولہ، سفوف بنائیں۔ یہ سفوف بقدر ایک تولہ مرد و عورت صبح کے وقت دودھ کے ساتھ روزانہ استعمال کریں اور اس کے بعد .... کریں۔ گود ہری ہو جائے گی۔

۴۔ داڑھی پیپل دو تولہ، داڑھی درخت بڑ (بوہڑ) طباشیر، دانہ الائچی خورد ایک دو تولہ، ہاتھی دانت کا برادہ دو تولہ، سب کو پیس کر سفوف بنالیں، جب عورت ایام سے فارغ ہو جائے تو تین تین ماشہ صبح و شام ہمراہ دودھ گلئے دیں۔ سات روز تک استعمال کریں اور رات کو ...... کریں۔ پہلے مہینے میں کامیابی ہوگی۔ ورنہ دوسرے حد تیسرے ماہ ضرور گود ہری ہوگی۔

نوٹ :۔ تجربے سے ثابت ہوا ہے کہ اس دوا کو اس گائے کے دودھ سے

استعمال کیا جائے، جس گائے نے نر بچہ جنا ہو تو اولاد نرینہ پیدا ہوگی۔ یہ بھی ضروری ہے کہ ایام میں کوئی نقص ہو تو پہلے اسے دور کر لیا جائے۔

۵۔ تخم شنگی رچاندی بکلش ... ے کر نہایت احتیاط سے رکھیں، جب عورت ایام سے پاک ہو تو بیج ے کر ایک ایک ماشہ گڑ میں ...... لپیٹ کر گولیاں تیار کریں۔ بس اس میں سے ایک گولی روزانہ صبح کو نر بچھڑے والی گائے کے دودھ کے ساتھ کھلائیں، چوتھی گولی کھلانے کے ملاپ کیا جائے۔ انشاء اللہ آرزو پوری ہوگی۔ اگر اس میں کوئی امر واقعہ حمل قرار پانے کا نہ ہو تو تیسرے ماہ پھر اسی طرح عمل کریں منزل مقصود تک رسائی ہوگی۔ تیسری بار عام طور پر اس وقت ضرورت ہوتی ہے جب کوئی اور نقص مانع ہو مثلاً کثرت ایام، کمی ایام، سیلان، سوزش وغیرہ۔ لہذا اس امر کی پہلے تحقیق کرنی ضروری ہے، معالج تمام امور پر اچھی طرح غور وخوض کرے اور پہلے ان نقائص کو دور کرکے بعد اس کا استعمال کرائے تو یقیناً کامیابی ہوگی۔

۶۔ کاک جنگھا بوٹی، ہاتھی دانت کا برادہ، گل عباسی ہر ایک چھ ماشہ، سب کو پیس کر سفوف بنائیں اور ۱۲ خوراک بنالیں۔ اس میں سے ایک خوراک دودھ میں ڈال کر عورت اور ایک خوراک مرد ایام سے فراغت کے بعد استعمال کریں، تین دن کے استعمال کے بعد ...... کیا جائے۔ یہ دوا عورت اور مرد کی آرزو پوری کرتی ہے۔

۷۔ عورت ایام سے پاک وصاف ہونے پر صبح نہار منہ قریباً ایک ہفتہ سفوف موسا کرنی بوٹی تین ماشہ ... گائے کے نیم گرم دودھ سے استعمال کرے

سے نقائص دور ہو کر قوت منعقدہ ٹھیک ہو جاتی ہے۔ اللہ کی مہربانی سے فائدہ ہوتا ہے۔ ایسا سلسلہ تین ماہ متواتر کرنا چاہیئے۔

غذا و پرہیز

زود ہضم و مقوی غذائیں دیں۔ بادی اور ثقیل اشیاء سے پرہیز کرائیں۔

ایام کا دیر سے آنا، ایام کی کمی، ایام کی تنگی، ایام کا بند ہو جانا

تعریف مرض

یہ چاروں امراض چونکہ قریب قریب ہیں، اس لیے ان کا بیان ایک ہی جگہ درج کیا جاتا ہے، دیر سے آنا عام طور پر بند ہو جانے کا پیش خیمہ ہوا کرتا ہے۔ اس مرض میں یا تو شروع ہی سے ایام نہیں آتے یا کچھ مدت آکر بند ہو جاتے ہیں یا زیادہ دیر کے بعد آتے ہیں چنانچہ جب ایام کے دوران دو ماہ کا عرصہ ہو جائے تو اسے بند ہو جانا سمجھتے ہیں۔ حمل کے دنوں اور ایام بند ہو جانے کے زمانہ یا بچے کو دودھ پلانے کے وقت کو ایام بند ہو جانے کا مرض نہیں سمجھنا چاہیے۔

وجوہات

ایام بند ہو جانے کی متعدد وجوہات ہیں، مثلاً قلت خون، کسی پرانی بیماری جیسے سل ودق، خنازیر یا امراض گردہ وجگر کے باعث یا پیدائشی کمزوری یا فاقہ کشی، جریان خون، بواسیر، نکسیر یا تلی کے بڑھ جانے سے مریضہ کے جسم میں خون کم ہو جاتا ہے، بچہ دانی پر چوٹ لگنے، سردی، خشکی جسم کے موٹا ہونے، بچہ دانی کی سوجن، خون زیادہ گاڑھا ہونے، زیادہ سخت مشقت کرنے سے یہ عارضہ ہو جاتا ہے، عام حالات میں کثرت ملاپ، خصیۃ الرحم کی سوجن، ایام کے دنوں میں سردی لگنے یا بارش میں بھیگنے سے یہ مرض ہو جاتا ہے۔

علامات

بچہ دانی کی سوجن، کمزوری جگر، تلی، بواسیر وغیرہ اس مرض کا سبب ہوگا تو خود

ان امراض کا وجود اس پر دلالت کرے گا، کمی خون کی حالت میں مریضہ کے جسم کا رنگ پھیکا ہوتا ہے، عام کمزوری اور سستی لاحق ہوتی ہے، تھوڑا سا کام کرنے سے دل دھڑکنے لگ جاتا ہے۔ جگر کمزور اور جسم لاغر ہوتا ہے اگر رقت (خون) کے گاڑھا ہو جانے سے رگوں کے منہ بند ہو گئے ہوں تو جسم کا رنگ نیلا ہو گا۔ نبض میں کمزوری اور صلابت پائی جائے گی، نیند زیادہ آئے گی۔ ہاضمہ کمزور ہو گا۔ اگر گرمی سے یہ عارضہ ہو تو گرمی کی علامات ظاہر ہوں گی، سردی کے زور سے یہ مرض ہو گا تو سردی کے آثار نظر آئیں گے، خشکی کی وجہ سے ہو تو جسم بے رونق اور کمزور ہو گا، جب بچہ دانی کی وضع بدل جانے سے ہو تو بچہ دانی میں سخت درد محسوس ہوتا ہے، ملاپ کے وقت تکلیف ہوتی ہے، جب سردی لگنے یا بھیگنے یا رنج و غم سے یہ مرض ہو تو تھوڑا سا آکر پھر اچانک بند ہو جاتا ہے۔

یونانی علاج

امراض نسواں میں ہمیشہ طب یونانی کو دوسرے علاجوں پر فوقیت حاصل رہی ہے، مندرجہ ذیل مجربات بندش ایام کے لیے نہایت مفید ہیں۔

بندش ایام پلز

مصبر شدہ دو تولہ، ہیرا کسیس دو تولہ، مرمکی دو تولہ، ہینگ خالص دو تولہ ہمراہ پانی گولیاں نخود کے برابر بنائیں اور بوقت ضرورت ایک گولی ہمراہ عرق سونف یا گرم پانی دیں، بندش ایام کے لیے مفید ہیں۔

سفوف بندش ایام

ریوند چینی، شورہ قلمی، جو کھار، زیرہ سفید ہر ایک ایک تولہ، شکر تری، ہموزن ادویہ سب کو کوٹ چھان کر سفوف بنالیں خوراک چھ ماشہ ہمراہ پانی دن

میں دو یا قبل از ایام ایک ہفتہ شروع کریں، ایام جاری کرنے کے لیے مفید ہے۔

حب بندش ایام

مصبر، ریوند خطائی، افسنتین، زعفران ہر ایک تین ماشہ، ہیرا کسیس دو ماشہ، تمام اشیاء کو باریک کر کے چنے کے برابر گولیاں بنائیں، خوراک ایک گولی صبح و شام ہمراہ شربت بزوری دیں۔

جوشاندہ بندش ایام

بیج قرطم، سونف، گاؤزبان، پرسیاؤشاں، بیج خربزہ ہر ایک چھ ماشہ سب کو تین پاؤ پانی میں جوش دیں۔ جب تہائی رہ جائے تو مل چھان کر شربت بزوری معتدل چار تولہ ملا کر پلائیں، از حد مفید ہے۔

فرزجہ بندش ایام

زعفران، لونگ، عود شیریں، ناگر موتھا ہر ایک ایک ماشہ، مشک عنبر ہر ایک ایک رتی: پیس کر عرق گلاب میں حل کریں اور ریشمی کپڑے میں لتھیڑ کر فرزجہ بنا کر دایہ سے باہر رکھوائیں۔

حب خاص

سیر سقوطری زرد شدہ ایک تولہ، ہیرا کسیس تین ماشہ، زعفران خالص چھ ماشہ، کستوری خالص ایک ماشہ، سب دواؤں کو کوٹ کر چھان لیں اور چنے کے برابر گولیاں بنائیں، ایک گولی صبح و ایک شام ہمراہ عرق سونف دیں۔ چار یا پانچ دن کے استعمال سے ایام جاری ہو جاتے ہیں۔

حب ایام سپیشل سٹرانگ

مصبر شدہ زعفران ہر ایک دو ماشہ، شورہ قلمی، گودہ حنظل، ہیرا کسیس

جو کھار ایک ایک ماشہ، لعاب گھیکوار میں چنے کے برابر گولیاں بنائیں، ایک گولی ہمراہ سونف چار ماشہ، گاؤزبان چار ماشہ، مغز خربوزہ، بیج قرطم چار ماشہ سونٹھ چار ماشہ، گڑ پرانا دو تولہ کو عرق سونف میں جوش دے کر صاف کر کے پلائیں۔ اسی طرح ایک گولی صبح اور ایک گولی شام کو دیں۔

آسان نسخہ

مصبر شدہ ایک رتی، ہینگ ایک رتی کھرل کر کے گولیاں بنائیں، یہ ایک خوراک ہے، دودھ یا چائے کے ساتھ دن میں دو بار استعمال کرائیں۔

مطبوخ قرطم

مسیح الملک حکیم محمد اجمل خان صاحب مرحوم دہلوی کے مطب میں بکثرت مستعمل تھا۔ بندش ایام بلغمی کے لئے نہایت مفید ہے بیج قرطم پانچ ماشہ، سونف گاؤزبان، بیج خربزہ، پرسیاؤشاں ہر ایک سات ماشہ، چھلکا املتاس ۹ ماشہ سب کو تین پاؤ پانی میں جوش دیں، جب ۳/۴ حصہ رہ جائے، چھان کر شربت بزوری چار تولہ ملا کر نیم گرم پلائیں۔

دیگر

سونف چار ماشہ، بیج قرطم چار ماشہ، گاؤزبان چار ماشہ، مغز خربوزہ چار ماشہ چھلکا املتاس ۹ ماشہ، سب کو ایک پاؤ پانی میں جوش دے کر آدھا رہنے پر چھان کر گڑ ملا کر ایام آنے سے تین روز قبل پلائیں۔

حب مدر ایام

مصبر شدہ، ہیراکسیس، ہینگ بریاں بڑھیا، سہاگہ بریاں، تمام ادویہ

برابر لے کر کنوار گندل کے رس میں کھرل کر کے دو دو رتی کی گولیاں بنائیں، ایام جاری ہونے سے قبل ایک سے دو گولی صبح و شام ہمراہ عرق سونف یا گرم پانی دیں۔ ایام کے دنوں میں بھی استعمال جاری رکھیں۔

دیگر

مصبر شدھ ایک رتی، ہیرا کسیس ڈیڑھ رتی، سفوف دار چینی ایک رتی ہر سہ ادویہ کو شہد میں ملا کر ایک گولی بنائیں، ایسی گولیاں دن میں دو بار دیں۔ ازحد مفید ہے۔

دیگر

مصبر شدھ اصلی تین تولہ، مرمکی اڑھائی تولہ، ریوند خطائی ایک تولہ، ہیرا کسیس دو تولہ، فری ایٹ امونیا سائیٹراس سوا تولہ باریک سفوف کریں۔ خوراک پانچ گرین (۲½ رتی)، کیپ شول میں بھر کر صبح و شام عرق مکو، کاسنی دس تولہ، شربت دینار پانچ تولہ یا شربت بزوری دیا کریں، ایام جاری کرتا ہے اور اچھا خون پیدا کرتا ہے، جنرل کمزوری کے لیے بھی مفید ہے۔

دیگر

مصبر شدھ چار تولہ، مرمکی چار تولہ، زعفران ایک تولہ، کشتہ فولاد خالص ایک تولہ، ہینگ خالص ایک تولہ، شہد میں ملا کر چھوٹے نخود کے برابر گولیاں بنائیں۔ ایک گولی صبح و شام ایام آنے سے دو ہفتہ پہلے دیں۔ بیقاعدگی ایام، کمی خون، درد ایام، کمزوری جگر اور امراضِ نسواں کے لیے مفید ہے۔

نیز وقت ایام تشنجی میں رحم میں تشنج اینٹھن ہونے کی وجہ سے جب

ایام تکلیف سے آتے ہیں۔ اور عام طور پر عصبی امراض و نازک مزاج عورتیں
ہی اس قسم کے مرض میں مبتلا ہوا کرتی ہیں۔ اس مرض میں ایام آنے سے ایک دو
روز پہلے مریضہ کمر درد میں مبتلا ہو جاتی ہے، جس کی ٹیسیں پیڑو اور رانوں تک
جاتی ہیں، بچہ دانی کا منہ اینٹھ جاتا ہے اور نہایت شدت کا درد ہوا کرتا ہے۔
اور ایام مقدار میں کم آتے ہیں اور درد نوبت بہ نوبت ہوا کرتا ہے۔

بطور دوا حسب ضرورت مندرجہ بالا نسخوں میں سے کسی ایک کا استعمال کرائیں،
اور مریضہ کے پیڑو پر پوست خشخاش اور گل ٹیسو کے جوشاندے سے ٹکور کریں، اور
گرم پانی میں مریضہ کو بٹھائیں، قبض ہو تو بذریعہ حقنہ یا مسہل رفع کریں۔

جڑی بوٹیوں سے علاج

اُلٹ کمبل

ہومیوپیتھک دبسرخ کنندگان نے اس بوٹی کے پتوں کا رس ٹنکچر اذیابیطس
اور خرابی ایام میں مفید پایا ہے۔ اس کی جڑ کی تازہ چھال کا سفوف دو ماشہ، ایام
کھولنے کے لیے مفید ہے، تازہ چھال سے لیس دار رس دگوند) نکلتا ہے جو قلت
ایام کے لیے تین ماشہ تک دی جا سکتی ہے۔

بانسہ

بانسہ کے پتے، مغز بنولہ ہر ایک ایک تولہ عرق سونف میں رگڑ کر اس میں پرانا
گڑ شامل کریں۔ ایام آنے سے تین دن پہلے اس کا استعمال شروع کر دیں۔
بندش ایام کے لیے مفید ہے۔

پیاز

پیاز کو پانی میں جوش دے کر پلانے سے ایام کھل آتے ہیں، بطور ترکاری گھی میں پکا کر کھلانا بھی یہی فائدہ کرتا ہے۔

پٹھکنڈا (چرچٹہ)

اگر کسی بیماری کی وجہ سے ایام بند ہوں تو اس کی جڑ کو چھیل کر صاف کر کے یونی میں رکھنے سے فوراً ایام جاری ہو جاتے ہیں، حاملہ عورتوں کے لیے سخت منع ہے۔

سونف

سونف ایک تولہ، گڑ ایک تولہ، ڈیڑھ پاؤ پانی میں جوش دیں، آدھا حصہ رہنے پر چھان کر پلائیں اور گرم کپڑا اوڑھا کر مریضہ کو سلائیں۔ ایام کے دنوں میں اس کی دو تین خوراکیں بندش ایام کو آرام دے دیتی ہیں۔

نیم۔ نیم کے سبز پتوں کا رس ڈیڑھ تولہ، ادرک کا رس ۹ ماشہ، مکو کے سبز پتوں کا رس ایک تولہ، شربت دینار ۹ ماشہ، تینوں کو ملا کر (یہ ایک خوراک ہے) صبح و شام دونوں وقت پلانا اور نیم کے سبز پتوں اور مکو کے سبز پتوں کو ابال کر تلوں کے تیل میں تل کر بقدر برداشت پیڑو پر بندھوانے سے عورتوں کے درد رحم کو فوراً آرام آ جاتا ہے، اس داخلی و خارجی علاج سے ایام کی رکاوٹ دور ہو جاتی ہے۔

غذا و پرہیز

سرد ترکاریوں، انڈہ، چائے سے پرہیز کریں، مونگ کی دال، ارہر کی دال، چپاتی خشک، بسکٹ، مکھن، دودھ وغیرہ حسب ضرورت دیں۔

دنوں کی زیادتی، کثرتِ ایام

تعریفِ مرض

جب ایام ایام کے دنوں میں کثرت سے آتے ہوں، تو اسے آیورویدمیں دنوں کی زیادتی اور یونانی طب میں کثرتِ ایام کہتے ہیں، لیکن جب اپنے معمول کے خلاف زیادہ دنوں تک جاری رہیں تو اسے استحاضہ کہتے ہیں۔

وجوہات

۱۔ بدن میں خون کی زیادتی۔

۲۔ صفرا کی آمیزش سے خون پتلا ہو جاتا ہے، جس سے رگوں کا منہ کھل جاتا ہے۔

۳۔ بلغمی خلط کے غلبہ کی وجہ سے بچہ دانی کے عضلات ڈھیلے ہو جاتے ہیں۔

۴۔ غلبۂ سودا سے رگوں کے منہ کھل جاتے ہیں۔

۵۔ بچہ دانی پر چوٹ سے رحم کی کوئی رگ ٹوٹ جاتی ہے۔

۶۔ زیادتی طلاپ یا زیادتی اولاد یا جنرل کمزوری سے بچہ دانی کی طاقت کم ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ بچہ دانی کا ٹل جانا یا جھک جانا، بار بار حمل کا گرنا، بچہ دانی کی سوجن، بچہ دانی میں آنول کا ٹکڑا رہ جانا، بچہ دانی کے پھنسیاں بچہ دانی کی رسولی یا سرطان، جگر کے امراض سے بھی یہ عارضہ ہو جاتا ہے۔

علامات

ایام بکثرت آتے ہیں، کبھی کبھی کم مقدار میں بار بار آتے ہیں، کبھی ایک ہفتہ

بار میں زیادہ مقدار میں خارج ہوتے ہیں. کبھی زیادہ خارج ہونے سے مریضہ سخت کمزور اور نڈھال ہوجاتی ہے، قبض رہتی ہے، چہرہ پر مردنی چھا جاتی ہے، جسم لاغر اور کمزور ہوجاتا ہے۔ پیڑو اور کمر میں درد ہوتا ہے۔ بھوک نہیں لگتی کبھی پاؤں پر ورم آجاتا ہے، کبھی کمزوری سے غشی طاری ہوجاتی ہے۔

وجوہات کے مطابق کثرت ایام کی حالت میں درد اور گرانی زیادہ ہوتی ہے۔ چہرہ اور بدن کی رنگت لال ہوگی. خون کے زیادہ خارج ہونے کے باوجود کمزوری نہ ہوگی...... غلبہ صفرا کی حالت میں بدن کی رنگت زرد ہوگی، خون کا قوام پتلا اور سوجن سے خارج ہوگا...... غلبہ بلغم کی صورت میں خون سفیدی مائل اور گاڑھا ہوگا، پستان نرم ہوں گے۔ کمر میں درد محسوس ہوگا...... غلبہ سودا کی حالت میں بچہ دانی کی طاقت کمزور ہوگی۔ باقی علامات ظاہری ہوں گی۔

یونانی علاج

بیج سرداں تین سے پانچ ماشہ سوختہ تنہا سفوف کرکے دہی کے ساتھ صبح و شام دیں۔ ازحد مفید ہے۔ مریضہ کو آرام سے لٹائے رکھیں۔ مندرجہ ذیل مجربات اس مرض کا موثر علاج ہیں۔

سفوف مفرح

صندل سفید، کہربا، طباشیر، دانہ الائچی خورد، زہر مہرہ، نارجیل دریائی، دھنیا خشک ہر ایک ایک تولہ، گاؤزبان، پھول گاؤزبان ہر ایک تین ماشہ، کشتہ مرجان، کشتہ عقیق، کشتہ سنگ یشب ہر ایک ساڑھے چار ماشہ، ورق چاندی

پچاس عدد، تمام ادویہ کو کوٹ چھان کر باریک سفوف بنا کر ورق ملالیں خوراک ایک سے دو ماشہ ہمراہ پانی استعمال کریں۔

فوائد :۔ کثرت ایام، اسہال خونی، پھیپھڑے سے خون آنا، کھبر کے لیے مفید ہے علاوہ ازیں گھبراہٹ، ابکائی و بیماردل کے لیے بھی مفید ہے۔

دوائے کثرت ایام

سنگ جراحت خام اور گیرو ہموزن کا سفوف بنا کر بقدر تین ماشہ ہمراہ شربت انجبار دیں۔ فوراً خون بند ہو جائے گا۔

دیگر

مازو سبز چھ ماشہ پیس کر ہمراہ دہی کھلائیں، مفید ہے۔

دیگر

کتھ گلابی سفوف بنا کر حسب برداشت مریض دو سے تین ماشہ دن میں تین بار دہی یا پانی کے ساتھ استعمال کریں۔

کشتہ سنگ جراح

سنگ جراح ایک پاؤ کو دودھ گائے ایک سیر کے ساتھ خوب کھرل کر کے آدھ آدھ چھٹانک کے گولے بنا کر خشک کریں اور سرد ہونے پر پیس لیں، خوراک دو ماشہ ہمراہ شربت انجبار استعمال کریں، مفید ہے۔

سفوف کثرت ایام

برگ مورد دس تولہ کوٹ چھان کر مصری ملا کر خوراک ایک تولہ صبح ایک تولہ شام ہمراہ تازہ پانی دیں۔

حب کثرتِ ایام

پھٹکڑی سفید، چنیا گوند ہموزن پیس کر شربت انجبار ملا کر گولیاں بقدر نخود بنائیں، دو گولی ہمراہ پانی دیں۔

فرزجہ کثرت ایام

چھلکا انار، مازو سبز، پھٹکڑی بریاں تینوں کو باریک پیس کر ملائیں، اور صاف و ملائم کپڑے کے ایک ٹکڑے کو پانی میں تر کر کے اور اس میں دوائے مذکور لت پت کر کے یونی میں رکھیں۔

جڑی بوٹیوں سے علاج

آسگندھ ناگوری

آسگندھ ناگوری تین ماشہ، رال سفید دو ماشہ، مصری چھ ماشہ، سب کو ملا کر تازہ پانی سے کھلائیں، کمزور مریضوں کو نصف خوراک دیں، کثرت ایام کے لیے نہایت مفید ہے۔

دھماسہ

عقیق سرخ کو آگ میں گرم کریں اور دھماسہ بوٹی کے تازہ رس میں یہاں تک سرد کریں کہ ٹکڑے ٹکڑے ہو جائے، پیس کر دھماسہ بوٹی کے رس میں کھرل کر کے ٹکیہ بنائیں اور دس سیر آپلوں کی آگ دیں، یہ عمل سات بار کریں، دھماسہ بوٹی سے عقیق کا بہترین کشتہ تیار ہوگا۔ جو خونی پیشاب، خونی دست، کثرت ایام خونی قے، پھیپھڑے سے خون آنے کے لیے مفید ہے۔

خوراک ، ایک رتی ہمراہ مکھن یا مربہ آملہ یا گاجر میں دیں ۔

امناد :۔ انار کی چھال ۲۰ گرام کو ۰۰ ا گرام پانی میں جوش دیں ، آدھا رہنے پر چھان کر صبح پلا دیں ، ایام کی کثرت میں مفید ہے ۔

غذا و پرہیز

زود ہضم و مقوی غذائیں ، دودھ ، دال مونگ ، شوربہ ، چپاتی ، ساگودانہ مونگ کی کھچڑی ، پالک وغیرہ دیں ، گرم اشیاء ، تیل : ترشی ، رنج والم ، ملاپ اور دھوپ میں پھرنے اور ورزش سے پرہیز کریں ۔